

PÓDIO

PLACAR

DICIONÁRIO OLÍMPICO

1499 Verbetes de A a Z

EDGARDO MARTOLIO & EDUARDO COLLI



POR EDGARDO MARTOLIO & EDUARDO COLLI

DICIONÁRIO OLÍMPICO

1499 Verbetes de A a Z

EDITORA CARAS

1ª EDIÇÃO

SÃO PAULO

2016

DIRETOR-SUPERINTENDENTE Edgardo Martolio
DIRETOR EDITORIAL Pablo de la Fuente
AUTORES Edgardo Martolio e Eduardo Colli
CAPA E PROJETO GRÁFICO Juliana Cuttin
REVISÃO Bianca Albert
FOTOS DA CAPA Richard Heathcote / Getty Images

Martolio, Edgardo
Dicionário olímpico : verbetes de A a Z / por
Edgardo Martolio & Eduardo Colli. -- 1. ed. --
São Paulo : Editora CARAS, 2016.

"Pódio Placar."
ISBN 978-85-7521-350-6

1. Esportes - Dicionários 2. Olimpíadas
I. Colli, Eduardo. II. Título.

16-05405

CDD-796.03

Índices para catálogo sistemático:

1. Esportes : Dicionários 796.03

Copyright © 2016, Editora CARAS
Todos os direitos reservados
Av. Presidente Juscelino Kubitschek, 1400
04543-000 - São Paulo/SP - Brasil

MARCO ZERO

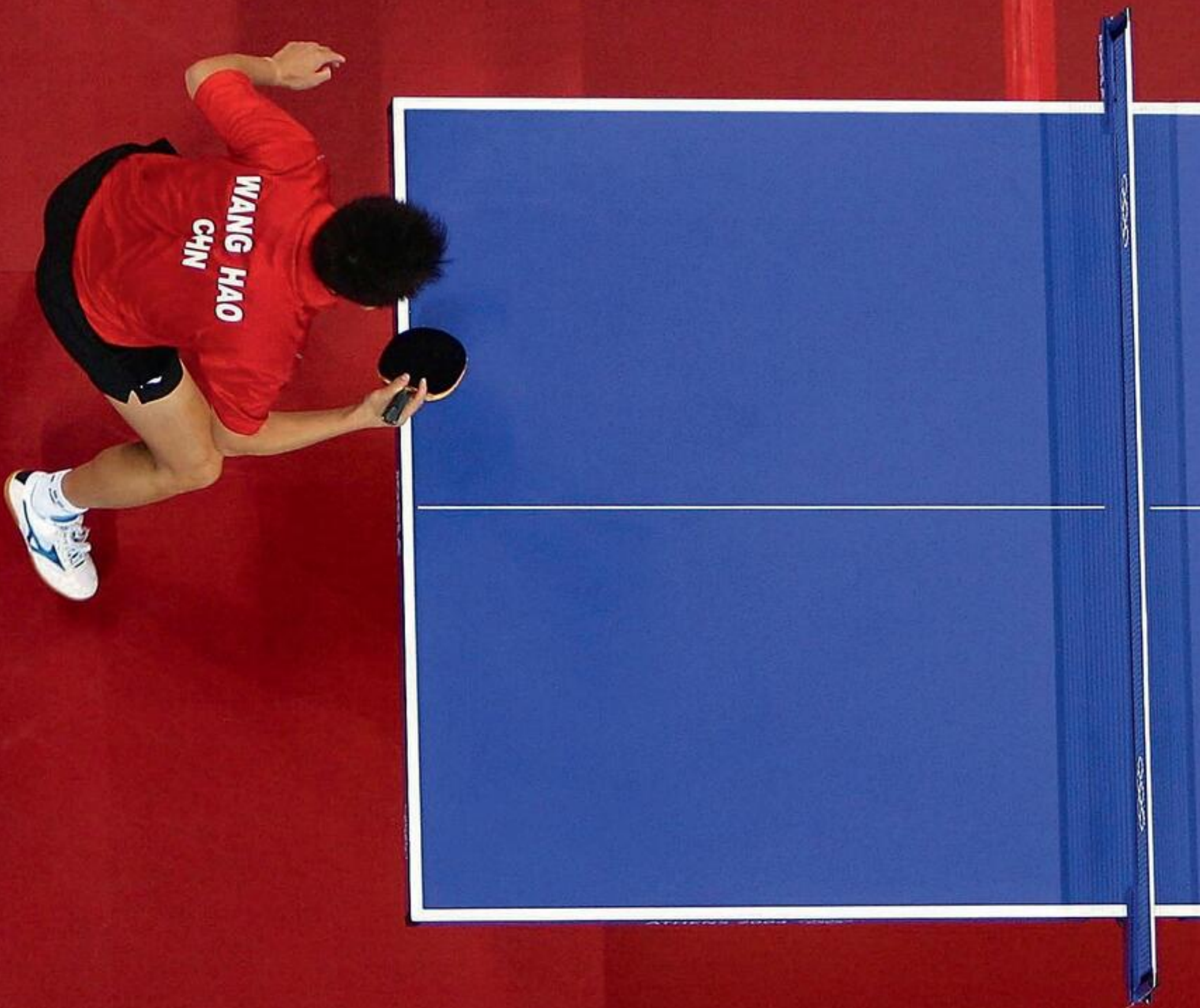


‘Ajuda-memória’ essencial

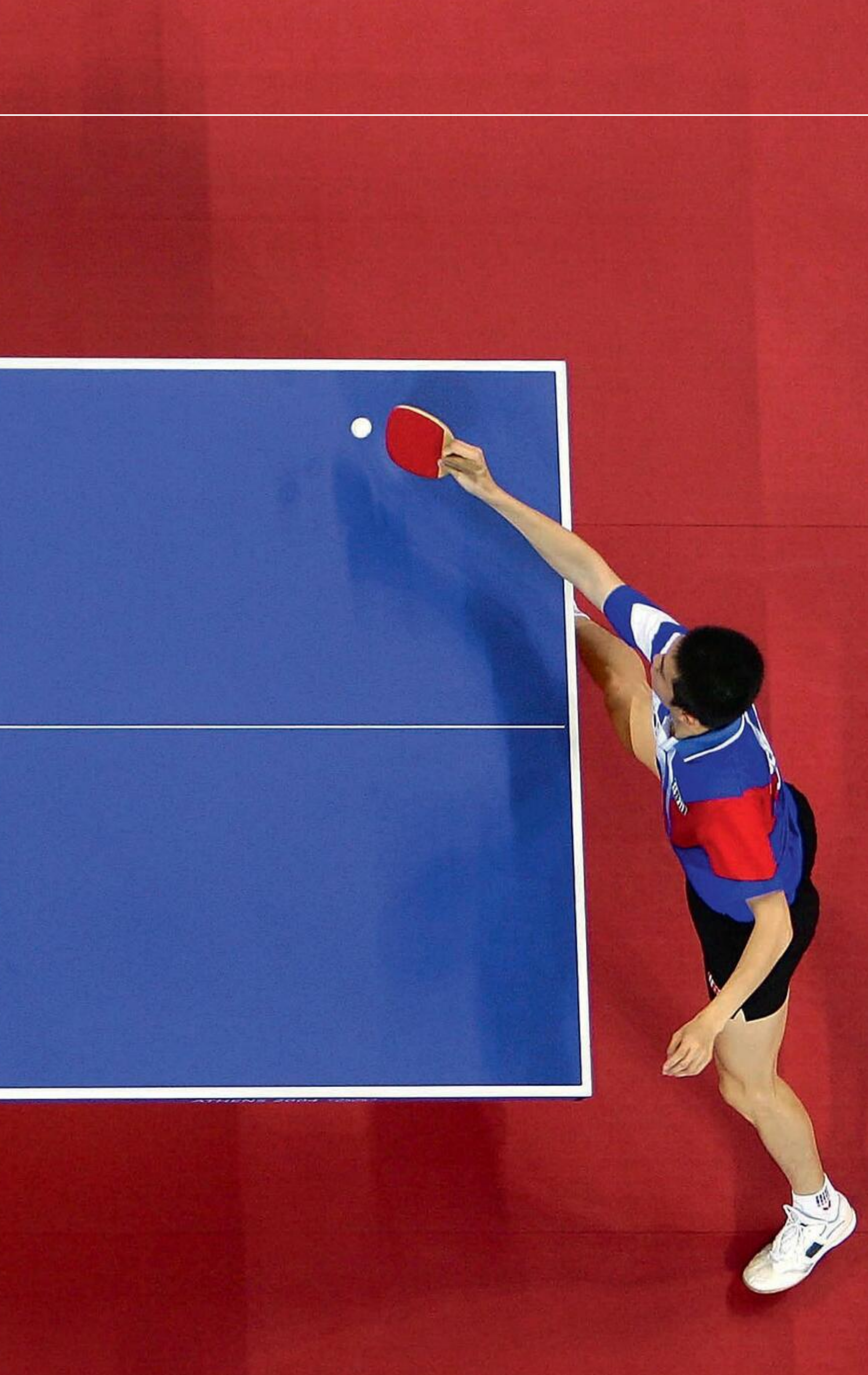
Os Jogos de Verão em sua mais estreita divisão somam 33 esportes, mas logo o atletismo se ramifica em três subdivisões: de campo (*saltos, arremessos, lançamentos*), de pista (*corridas rasas, com barreiras ou obstáculos*) e de estrada (*maratona*); a canoagem se bifurca em duas modalidades, slalom e velocidade; o ciclismo se partilha em quatro, BMX, estrada, MTB e pista; a esgrima se separa em três, espada, florete e sabre; a ginástica também se fragmenta em três, artística, rítmica e trampolim; assim como o hipismo se abre em adestramento, CCE e saltos; as lutas se categorizam em duas, a associada livre e a greco-romana; sem contar que o tênis e o tênis de mesa, tanto quanto o tiro com arco e o tiro esportivo e o vôlei e o vôlei de praia já são considerados esportes de parentesco perdido no tempo, sem heráldica nem herança a reclamar. Assim são 53 as especialidades, fora que às vezes algumas outras disciplinas, como o beisebol ou softbol, críquete e cabo de guerra, entram e saem de uma ou outra edição, quando não na versão masculina ou apenas na feminina, o que obriga a um conhecimento de regras constantemente atualizadas que quase ninguém possui. Só uns poucos jornalistas dedicados aos esportes amadores conseguem acompanhar tamanha renovação. Mais a terminologia específica e concreta que denomina partes, elementos, componentes, movimentos, golpes, itens, unidades, posições, ações, peças, recursos, situações, fundamentos, generalidades, rudimentos... muitas vezes em outras línguas. Impossível! Por isso, quando idealizei este dicionário – até para eu mesmo lembrar e entender –, primeiro com cara de mero glossário ‘ajuda-memória’, pensei no socorro de quem poderia cobrir minhas carências: **Eduardo Colli**, homem de várias Olimpíadas e muitos Pan-Americanos. Com ele acabamos completando esta obra com 1.499 definições que podem tornar mais fácil seu dia a dia durante os Jogos e compreensíveis todas as fascinantes disciplinas olímpicas.

EDGARDO MARTOLIO
Autor e Publisher

SUMÁRIO



**Tênis de mesa é um dos
1499 verbetes** deste primeiro
Dicionário Olímpico PLACAR
em língua portuguesa



DONALD MIRALLE/GETTY IMAGES

08	A
14	B
19	C
24	D
30	E
35	F
38	G
43	H
46	I
48	J
50	K
52	L
58	M
62	N
64	O
66	P
74	Q
76	R
80	S
86	T
93	U
94	V
96	W, Y
98	Z

DICIONÁRIO OLÍMPICO

A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z



A fundo (ESGRIMA): movimento usado para realizar um ataque.

À popa (VELA): a favor do vento.

Abertura – fly-half – (RUGBY/RÚGBI): principal jogador do time. Toma as decisões de linha, com todas as bolas da linha passando por suas mãos. Deve ter muita visão de jogo, decidindo se o time vai defender ou atacar, chutar ou passar a bola etc.

Abertura (GERAL): cerimônia originariamente realizada no primeiro dia de competição – nas últimas Olimpíadas aconteceu no segundo ou terceiro dia –, com o tradicional desfile de todas as delegações participantes e show televisivo; nela é acesa a pira olímpica, marcando o início oficial dos Jogos. Também existe a cerimônia de encerramento efetuada no último dia dos Jogos.

Abertura (GINÁSTICA ARTÍSTICA): ação muscular de extensão da articulação dos quadris.

Ação (LUTA): quando o árbitro autoriza o início da luta.

Ação composta (ESGRIMA):

ação que é executada em vários movimentos.

Ação simples (ESGRIMA): executada em movimento único, pode ser direta (na mesma linha) ou indireta (na outra linha).

Ace (TÊNIS): ponto direto obtido num saque não respondido pelo adversário.

Ace (VÔLEI): ponto de saque, quando a bola vai ao solo sem que seja tocada.

Ace (VÔLEI): ponto de saque.

Adolph (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): salto mortal para a frente com três piruetas e meia.

Aeróbico (GERAL): os alimentos no processo celular são completamente oxidados pelo oxigênio no ar e produzem a máxima energia química dos alimentos. Durante as atividades aeróbicas, um grupo maior de músculos é utilizado continuamente, com função rítmica

por natureza (ex.: andar, correr, nadar, andar de bicicleta etc.).

Afogado (CICLISMO): o ciclista se esforça tanto que chega a sentir falta de ar, sem poder manter o ritmo anterior.

Afogar (POLO AQUÁTICO): afundar um jogador na água durante uma disputa de bola ou na marcação de uma jogada.

Agachamento (LEVANTAMENTO DE PESO): o atleta flexiona as pernas, iniciando o movimento para levantar a barra.

Agachamento de largada (ATLETISMO): posição que todos os corredores devem assumir na largada das provas de velocidade.

Airball (BASQUETE): bola arremessada que não toca o aro, ela só ‘pega ar’.

Ala (FUTEBOL): jogador que defende e ataca ao lado da linha lateral do campo, típico em um esquema com três zagueiros.

Albatroz (GOLFE): acertar o buraco com três tacadas abaixo do par estabelecido para o buraco.

Ala (BASQUETE e FUTEBOL):

jogador que normalmente recebe a bola do armador; atua mais pelas laterais da quadra. No futebol, quem joga aberto pelas pontas, preferentemente na ofensiva.

Alçada do corpo (NADO SINCRONIZADO): elevação rápida do corpo com a cabeça à frente, erguendo ao máximo o tronco acima da água.

Alvo (TIRO COM ARCO): de papel simples, entretelado ou sintético, dividido em dez faixas de cinco cores diferentes, valendo de dez pontos no centro a um ponto na faixa externa.

Alvo (TIRO ESPORTIVO): de papel com círculos de um a dez.

Alvo móvel (TIRO ESPORTIVO): nas provas de: fossa olímpica, fossa dupla e skeet, os atletas disparam contra um alvo móvel em forma de prato, feito de argila.

American-twist (TÊNIS): efeito obtido no saque, quando a bola sem grande velocidade ganha altura após quicar no solo.

Amura (VELA): lateral de uma embarcação. Exemplo: as amuras estão opostas quando os barcos estão na mesma direção mas em sentido inverso.

Anabolizantes (GERAL): oficialmente definidos como 'esteroides anabolizantes', são o

tipo de doping mais conhecido no esporte. São hormônios extras que têm ação estimulante sobre o tecido muscular e o metabolismo do corpo do atleta. São proibidos pelo COI e muitos atletas já perderam suas medalhas pelo uso deles.

Anaeróbico (GERAL): sem o uso do oxigênio do ar, os alimentos no processo celular nunca são completamente oxidados. Nos exercícios anaeróbicos o metabolismo ocorre nos músculos, durante a prática de atividades com alto índice de esforço: corrida de 100 m, natação, levantamento de peso, ginástica olímpica, saltos e outros.

Andada (SALTOS ORNAMENTAIS): passos executados pelo atleta no trampolim ou na plataforma antes do salto.

Andar (BASQUETE): violação marcada quando o jogador que está com a posse de bola dá mais do que os dois passos permitidos sem levá-la ao chão. Outra situação em que a violação pode ser marcada é quando a pessoa recebe a bola, permanece com ela por mais de um segundo e, então, sem quicar a bola, dá dois passos.

Andar na roda (CICLISMO): pegar o vácuo do ciclista que vai à frente, quase encostando a roda de sua bicicleta na do adversário.

Ângulo aberto (TÊNIS DE MESA): movimento da raquete que envia a bola alta à mesa do adversário.

Ângulo fechado (TÊNIS DE MESA): movimento da raquete que envia a bola baixa à mesa do adversário.

Anilhas (LEVANTAMENTO DE PESO): também chamadas de discos, são pesos cilíndricos de várias cores que, inseridos nas laterais da barra, determinam o peso a ser levantado.

Anilheiro (LEVANTAMENTO DE PESO): auxiliar que insere as anilhas nas barras.

Anoc (GERAL): sigla da associação interna do COI que reúne os NOCs, e que significa as nações filiadas ao movimento olímpico mundial e organizado.

Anterior (HIPISMO): cada uma das patas dianteiras do cavalo.

Aparelho (GINÁSTICA ARTÍSTICA): nome das provas da ginástica artística: trave, solo, salto sobre o cavalo, cavalo com alça, argolas, barras fixas, barras paralelas e barras assimétricas.

Aparelho (GINÁSTICA RÍTMICA): nome das provas da ginástica rítmica: corda, arco, maça, fita e bola.

Apchuk (TAEKWONDO): ponta do pé.

Approach (GOLFE): tacada de aproximação do buraco.

Approach (TÊNIS): golpe de aproximação da rede, visando realizar o voleio.

Árbitro (FUTEBOL E OUTROS): é o responsável pelo jogo e deve garantir que as regras sejam cumpridas durante toda a partida.

Arco 'long-bow' (TIRO COM ARCO): arco normalmente inteiro, com os braços direitos.

Arco (GINÁSTICA RÍTMICA): de madeira ou plástico, entre 80 e 90 cm de diâmetro interno e pesando no mínimo 300 mg.

Arco composto (TIRO COM ARCO): arco onde a força é aplicada na corda que é desmultiplicada por um conjunto de roldanas, para abrir com maior facilidade.

Arco e flecha – tiro com arco – (GERAL): especialidade que é disputada numa distância regular a 70 m do alvo, – de 1,22 m de diâmetro com dez círculos concêntricos. O arqueiro soma dez pontos quando acerta no círculo central, na 'mosca'. Nos seguintes círculos, o atleta perde um ponto a cada um que se afasta do círculo central.

Arco recurvo (TIRO COM ARCO): arco utilizado nos Jogos Olímpicos, com os braços com uma dupla curvatura para aumentar a sua potência.

Área de combate (JUDÔ): área de

8 m² onde são disputadas lutas durante as competições.

Área de exclusão (POLO AQUÁTICO): área na piscina onde os jogadores suspensos aguardam o momento de voltar ao jogo.

Área de gol (HANDEBOL): entre a linha de fundo e a linha de 6 metros. Apenas o goleiro pode permanecer nessa área.

Área de perigo (JUDÔ): zona de 1 m que está em volta do quadrado da luta e alerta os judocas de que a área de combate está terminando.

Área de tiro (HÓQUEI SOBRE GRAMA): semicírculo posicionado a 14,63 m de distância máxima da linha de fundo, onde fica o goleiro, e único local onde os gols podem ser anotados.

Área de transição (TRIATLO): local em que as bicicletas permanecem durante a prova, antes e depois do ciclismo, onde os atletas podem se trocar e vestir o material adequado para a troca de modalidade.

Área do 'tee' (GOLFE): área da primeira tacada de cada buraco.

Armação (BADMINTON e TÊNIS): área da raquete com buracos

protegidos por plásticos flexíveis onde são fixadas as cordas.

Armador (BASQUETE): o jogador que leva a bola ao ataque e arma as jogadas.

Aro (BASQUETE): parte da cesta, construído em ferro sólido, com diâmetro interior entre 45 e 45,7 cm, pintado na cor laranja.

Aro (TÊNIS): parte superior da raquete (cabeça) sem as cordas.

Arqueiro (TIRO COM ARCO): atleta do tiro com arco.

Arranque (LEVANTAMENTO DE PESO): o levantador deve erguer a barra em movimento único, do solo até a completa extensão dos braços, verticalmente acima da sua cabeça.

Arremessar (HANDEBOL): lançar a bola em direção ao gol, o mesmo que chute.

Arremesso (BASQUETE): tentativa de marcar pontos jogando a bola na cesta.

Arremesso (LEVANTAMENTO DE PESO): movimento dividido em duas partes. Primeiro tempo ou puxada, quando o atleta levanta a barra em movimento único até a altura do peito; e segundo tempo ou empurrão, quando o levantador flexiona as pernas e estende bem os braços de maneira a levantar a barra até a extensão dos braços. Coloca os pés em linha, braços e pernas estendidas e peso imóvel.

Arremesso de dois pontos (BASQUETE): arremesso efetuado dentro da área de três pontos.

Arremesso de peso (ATLETISMO): prova cujo objetivo é arremessar o mais longe possível o peso, que é uma bola de metal maciço.

Argolas (GINÁSTICA ARTÍSTICA):

aparelho com duas argolas de madeira, suspensas 2,8 metros acima do colchonete. São paralelas, e a distância entre elas é de 50 cm.

Atletismo (GERAL): o mais tradicional e antigo esporte olímpico, não só faz parte do programa dos Jogos desde a primeira edição, em 1896, como foi inspirador dos Jogos da Antiguidade. Seriam impensadas as Olimpíadas sem o atletismo, que comporta corridas de curta, média e longa distância, de resistência e velocidade, saltos em altura e em distância e arremessos de disco, dardo e martelo tanto com homens quanto com mulheres.

Arremesso de três pontos (BASQUETE): a bola é lançada à cesta com o jogador posicionado fora da área de três pontos.

Arremesso lateral (FUTEBOL): técnica usada para recolocar a bola no jogo, quando ela sai do campo pelas linhas laterais. O jogador coloca as duas mãos na bola e deve jogá-la sobre sua cabeça, com os dois pés no chão.

Ashi-waza (JUDÔ): técnica de pernas.

Assalto (BOXE): também chamado de round, é o período de três minutos de luta. Uma luta do boxe olímpico é disputada em três assaltos.

Assistência (BASQUETE): um passe dado a um companheiro que resulta em cesta.

Atacante (FUTEBOL): jogador posicionado próximo à área adversária; seu objetivo é fazer as jogadas ofensivas e os gols.

Atacar, torcer o cabo ou dar uma paulada (CICLISMO): tentar uma fuga aumentando repentinamente a velocidade.

Ataque (CICLISMO): aceleração rápida para adiantar-se em relação a um corredor ou a um grupo de corredores.

Ataque (ESGRIMA e PENTATLO MODERNO): ação ofensiva inicial executada com o braço e com um movimento progressivo.

Ataque (VÔLEI DE PRAIA): tentativa por parte de um jogador de pôr a bola no chão da quadra adversária.

Ataque (VÔLEI): tentativa por parte de um jogador de pôr a bola no chão da quadra adversária.

Ataque composto (ESGRIMA): quando comporta uma ou mais ações.

Ataque duplo (POLO AQUÁTICO): dois atacantes ficam em frente do gol da equipe adversária.

Ataque simples (ESGRIMA): ação ofensiva, direta ou indireta, executada em um tempo.

ATP (TÊNIS): Associação Mundial dos Tenistas Profissionais, responsável pelo circuito masculino.

Atrás da perna (HIPISMO): quando o cavalo não responde com impulsão aos comandos de perna do ginete.

Australiana (TÊNIS): formação tática nas duplas em que o parceiro do tenista que está sacando agacha-se próximo da rede ou então do mesmo lado da quadra que o sacador.

Auxiliar (FUTEBOL E OUTROS): antes chamado de bandeirinha, fica na lateral do campo e auxilia o árbitro em lances de saída de bola ou impedimento, também chamado de bandeirinha ou linesman.

Avião (GINÁSTICA ARTÍSTICA): em equilíbrio o ginasta apoia uma perna no chão e eleva a outra para trás ou para o lado; movimento de força, flexibilidade e equilíbrio.

Aviso (LUTA): penalização anotada contra o lutador que segura irregularmente o adversário. O lutador que receber três avisos é eliminado.

Azares (GOLFE): um bunker de areia ou obstáculo de água.



**Arremesso no
basquete** - Kevin Duran
na final olímpica em
2012, EUA vs Espanha





Backspin (GOLFE): efeito contrário ao sentido da tacada, a bola gira para trás sobre o seu eixo horizontal.

Backhand (POLO AQUÁTICO): passe ruim.

Backhand (TÊNIS DE MESA): golpear a bola do lado contrário da mão hábil.

Backhand (TÊNIS): golpe executado do lado contrário da mão hábil; nos destros, em seu lado esquerdo, e, nos canhotos, em seu lado direito.

Backhand clear (BADMINTON): posicionado de costas para a rede, o jogador deve golpear a peteca com força, enviando-a no sentido oposto da raquete do adversário.

Backstick (HÓQUEI SOBRE GRAMA): tocar na bola com a parte curva do taco.

Badminton (GERAL): conhecido como jogo de peteca o badminton virou esporte olímpico só em 1992, em Barcelona, e desde então é medalha segura de países asiáticos como a China e a Indonésia.

Bal ki sul (TAEKWONDO): técnicas de pés e pernas.

Balestra (ESGRIMA e PENTATLO MODERNO): salto curto em direção ao adversário.

Bandeira (GOLFE): haste reta, móvel, com ou sem um material pendurado, centrada no buraco exibindo sua posição.

Bandeja (BASQUETE): arremesso

em que o jogador se aproxima bastante da cesta, apenas 'largando' a bola, com ou sem o uso da tabela.

Barani (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): mortal para a frente com meia-volta.

Barlavento (VELA): posição em que o vento chega primeiro.

Barra (LEVANTAMENTO DE PESO): onde são fixadas as anilhas ou discos. Masculino: comprimento: 2,2 m; espessura: 2,5 cm; e peso: 20 kg. Feminino: comprimento: 2,01 m; espessura: 2,5 cm; e peso: 15 kg.

Barra fixa (GINÁSTICA ARTÍSTICA): barra fixa com 2,8 cm de diâmetro e a 2,8 m de altura.

Barras assimétricas (GINÁSTICA ARTÍSTICA): aparelho com duas barras paralelas com 4 cm de diâmetro cada, dispostas a 2,50 e 1,70 m do solo.

Barras paralelas (GINÁSTICA ARTÍSTICA): aparelho com duas barras paralelas, com um espaço entre 42 e 52 cm entre elas e com 2 m de altura.

Barreira (ATLETISMO): obstáculos que os atletas precisam transpor nas provas de corrida com barreiras.

Barreira (FUTEBOL): grupo de jogadores que, em pé e lado a

lado, tentam defender um chute livre próximo do gol.

Barreira (POLO AQUÁTICO): um defensor impede que o adversário receba a bola.

Base (HÓQUEI SOBRE GRAMA): área situada na parte inferior da baliza, com 46 cm de altura e após a cobrança de um córner curto, o primeiro tiro direto ao gol deve acertá-la para ser válido.

Basquete (GERAL): tornou-se olímpico nos Jogos de Berlim em 1936. É um dos mais empolgantes desafios olímpicos de equipes, de cinco titulares cada. Os Estados Unidos sempre levam alguma medalha, especialmente no masculino, ainda quando em Atenas teve sua pior performance.

Bate-pronto (TÊNIS): golpe executado com a raquete quase tocando o chão, assim que a bola começa a subir.

Batida de perna (NATAÇÃO): pernadas rápidas nos estilos livre e costas.

Bêbado (HIPISMO): um obstáculo com duas varas, sendo que a da entrada deve estar em uma diagonal e a da saída, na outra.

Beisebol (GERAL): este pouco conhecido esporte tem nos países das Américas do Norte e Central e da Ásia suas principais forças. Foi disputado pelos homens como esporte olímpico de Barcelona (1992) a Pequim (2008). As mulheres têm uma versão menos violenta, que é o softbol.

Birdie (GOLFE): acerta um buraco com menos uma tacada que o par estabelecido para o buraco.

Black out (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): perda do salto.

Bloco (CICLISMO): em uma corrida de estrada, é a tentativa para não interromper uma 'caçada' baixando a marcha.

Bloco de partida (NATAÇÃO): plataforma de largada dos nadadores, deve ser firme e sem qualquer efeito de mola. Pode ficar entre 0,5 e 0,75 m de altura acima da superfície da água.

Blocos de partida (ATLETISMO): posicionados atrás da linha de largada, são blocos de metal que sustentam os pés dos atletas em todas as corridas até os 400 m e nas primeiras etapas dos revezamentos. Não devem ser usados para as outras corridas.

Bloqueio (HANDEBOL): com o corpo o atleta impede o deslocamento do adversário.

Bloqueio (TÊNIS DE MESA): ação defensiva executada contra

bolas de ataque, com a raquete posicionada em um determinado ângulo para que a bola retorne à mesa do oponente.

Bloqueio (VÔLEI DE PRAIA): evitar que o oponente mande a bola para o outro lado da quadra subindo junto à rede com os braços erguidos.

Bloqueio (VÔLEI): a defesa sobe, junto à rede, com os braços erguidos, tentando evitar o ataque do time rival.

Boca (TIRO ESPORTIVO): orifício da arma por onde sai o projétil.

Boca (VELA): parte lateral mais larga de uma embarcação.

Bogey (GOLFE): acertar o buraco com uma tacada acima do par.

Boia (MARATONA AQUÁTICA e VELA): obstáculo que deve ser contornado por fora, que serve também de guia em águas abertas.

Bola (BASQUETE): esférica na cor laranja. Masculino: circunferência entre 75 e 78 cm e peso de 650 g. Feminino: circunferência entre 72,4 e 73,7 cm e peso de 567 g.

Bola (FUTEBOL): esférica, de couro ou outros materiais autorizados, com circunferência entre 68 e 70 cm, peso entre 410 e 450 g, pressão entre 600 e 700 g por cm².

Bola (GINÁSTICA RÍTMICA): de plástico ou de borracha, diâmetro entre 18 e 20 cm e peso mínimo de 400 g.

Bola (GOLFE): branca com circunferência de 42,67 mm, peso de 45,93 g e possui uma camada exterior com 'covinhas' (cerca de 500) para aumentar o efeito de aerodinâmica.

Bola (HANDEBOL): de couro ou material sintético, esférica e não escorregadia. Masculino: circunferência entre 75 e 75 cm e peso de 650 g. Feminino: circunferência entre 72,4 e 73,7 cm e peso de 567 g.

Bola (HÓQUEI SOBRE GRAMA): esférica feita de qualquer material na cor branca, com circunferência entre 22,4 e 23,5 cm, pesando entre 156 e 163 g.

Bola (POLO AQUÁTICO): esférica, impermeável e sem costuras externas. Masculino: circunferência entre 68 e 71 cm. Feminino: entre 65 e 67 cm. Peso: entre 400 e 450 g.

Bola (RUGBY/RÚGBI): oval confeccionada em quatro gomos, comprimento entre 28 e 30 cm, circunferência central entre 58 e 62 cm, circunferência total entre 74 e 77 cm e peso entre 410 e 460 g.

Bola (TÊNIS DE MESA): esférica de celulose, com circunferência de 4 cm, peso de 2,7 g, nas cores laranja ou branca.

Bastão (ATLETISMO): tubo liso e oco, de alumínio ou liga metálica, medindo entre 28 e 30 cm, com circunferência entre 12 e 13 cm e peso mínimo de 50 g. É carregado e repassado entre os membros de uma equipe de revezamento.

Boxe (GERAL): apesar de ser um dos esportes históricos e fundamentais nos jogos da Antiguidade, quando chamado de pugilismo, virou olímpico em Saint-Louis 1904 e ficou de fora em Estocolmo 1912, regressando definitivamente aos Jogos em Antuérpia 1920. É um dos que mais distribuem medalhas, e Cuba é o grande acumulador delas.

Bola (TÊNIS): esférica de borracha oca revestida de feltro amarelo, com circunferência entre 6,54 e 7,3 cm e peso entre 56 a 59,4 g.

Bola (VÔLEI DE PRAIA): esférica com circunferência entre 66 e 68 cm e peso entre 260 e 280 g.

Bola (VÔLEI): esférica com circunferência entre 65 e 67 cm e peso entre 260 e 280 g.

Bola ao ar (BASQUETE): bola jogada ao alto pelo árbitro para que dois jogadores adversários possam começar ou recomeçar o jogo.

Bola de segunda (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): ataque no segundo toque, com intenção de surpreender a defesa adversária.

Bola morta (BASQUETE): quando: uma cesta é feita; o juiz apita e a bola está viva; a bola não entra na cesta em um lance livre; e o sinal do cronômetro soa ao final de cada período de jogo.

Bola presa (BASQUETE): quando dois jogadores adversários seguram a bola ao mesmo tempo, impedindo o prosseguimento da jogada. Então o árbitro efetua a 'bola ao ar' para que o jogo continue.

Bola viva (BASQUETE): quando: a bola ao alto é legalmente tocada por um jumper; o jogador recebe a bola do juiz para executar o lance livre; e na mão do jogador na reposição de bola fora.

Bolina (VELA): peça móvel encaixada na parte de baixo do casco, que fica submersa e impede que o barco seja levado lateralmente pelos ventos.

Bombeiro (LUTA): técnica de luta em que um lutador segura com força a parte interna da coxa do oponente, puxa o braço para si mesmo e joga o oponente sobre os ombros.

Bombordo (VELA, REMO e CANOAGEM): lado esquerdo da embarcação, tomando-se como

referência quem está de frente para a popa.

Borboleta (NATAÇÃO): estilo de natação em que os braços são girados juntos para fora da água e depois levados para trás ao mesmo tempo. As batidas dos pés são simultâneas.

Boreste (VELA, REMO E CANOAGEM): lado direito do barco, tomando-se como referência quem está de frente para a popa.

Botar a cara no vento ou puxar (CICLISMO): sair do vácuo proporcionado pelos ciclistas imediatamente à frente e ditar o ritmo.

Break (BOXE): palavra inglesa que significa 'parar por tempo limitado'. É uma ordem do árbitro para interromper o combate.

Break point (TÊNIS): ponto que pode definir o game em favor do tenista que não está sacando.

Breakline (ATLETISMO): arco demarcado na pista que mostra o ponto em que os corredores podem deixar sua raia original.

Brutalidade (POLO AQUÁTICO): jogada ríspida, como dar uma cotovelada ou um soco no adversário.

Bunker (GOLFE): áreas do campo com areia para dificultar o jogo.

Buraco (GOLFE): com 10,8 cm de diâmetro e no mínimo 10,2 cm de profundidade.

Bye (BOXE e OUTROS): quando um competidor inicia o torneio uma fase à frente dos demais competidores da chave. Determinado por ranking ou por sorteio.



**Borboleta, estilo
da natação** - Velimir
Stjepanovic, da Sérvia,
na final masculina de
Londres nos 200 m



Canoagem - Ronald Verch, representante da Alemanha na categoria C1 M 1000, durante as últimas Olimpíadas, realizadas em Londres em 2012



C - letra das canoas: C-1, C-2 e C-4, canoas para um, dois ou quatro atletas.

Caddie (GOLFE): acompanhante do jogador que carrega o material de jogo e que pode dar indicações de como jogar cada buraco.

Caiaque (CANOAGEM): embarcação fechada com o remador sentado e remando com remo de duas pás. O caiaque tem um leme que é acionado com os pés.

Calibre (TIRO ESPORTIVO): diâmetro do projétil ou do cano da arma.

Cambar (VELA): girar a proa através da linha do vento, mudando as velas de lado.

Cancã duplo (NADO SINCRONIZADO): as duas pernas são estendidas perpendicularmente à superfície.

Cancã (NADO SINCRONIZADO): o corpo flutua de costas com uma perna elevada perpendicularmente à superfície da água.

Canoa (CANOAGEM): Embarcação aberta com o remador ajoelhado e remando com um remo de uma pá.

Canoagem (GERAL): é um esporte múltiplo porque é disputado nas modalidades slalom (em corredeiras) e velocidade (águas calmas) em dois tipos de barcos diferentes, o caiaque de origem esquimó e a canoa de origem indígena.

Canoagem slalom (CANOAGEM): os atletas descem o mais rápido possível uma corredeira de águas bravas utilizando uma canoa ou um caiaque e passando por portas sem tocá-las.

Canoagem velocidade (CANOAGEM): os canoístas competem em caiaque ou canoas em uma raia claramente definida e desobstruída.

Carabina de ar (TIRO ESPORTIVO): arma de projétil de chumbo, que é impulsionado pela pressão do ar comprimido gerado por uma mola.

Carpa (NADO SINCRONIZADO): nadadora de cabeça para baixo e corpo formando um ângulo de 90 graus.

Carpada (SALTOS ORNAMENTAIS): durante o salto o corpo é flexionado na cintura com as pernas e pés estendidos.

Carpado (GINÁSTICA ARTÍSTICA): com os joelhos em completa extensão, o ginasta flexiona a articulação do quadril, inclinando o tronco sobre as coxas. Pode ser executado em diferentes angulações.

Carrinho (FUTEBOL): o atleta desliza com as duas pernas no chão tentando tocar a bola.

Cartão amarelo (GERAL): advertência aplicada após o atleta cometer uma infração ou falta.

Cartão amarelo (HÓQUEI SOBRE GRAMA): jogador suspenso de campo por cinco minutos.

Cartão amarelo (VÔLEI): ponto para a equipe adversária.

Cartão preto (ESGRIMA): expulsão do atleta.

Cartão vermelho (ESGRIMA): advertência dada após a reincidência de uma falta.

Cartão vermelho (HÓQUEI SOBRE GRAMA): expulsão do jogador.

Cartão vermelho (TÊNIS e TÊNIS DE MESA): segunda advertência, com jogador advertido perdendo um ponto.

Cartão vermelho (VÔLEI): expulsão do atleta no set, sem perda de ponto. O atleta que recebeu o cartão vermelho pode voltar no set seguinte.

Cartões (FUTEBOL e HANDEBOL): aplicados para punir jogadores que desrespeitem as regras e as normas de conduta. O amarelo é advertência e o vermelho elimina o atleta do jogo.

Casa alta (TIRO ESPORTIVO): plataforma de lançamentos dos pratos na prova de skeet, posicionada à esquerda dos atiradores.

Casa baixa (TIRO ESPORTIVO): plataforma de lançamentos dos pratos na prova de skeet, posicionada à direita dos atiradores.

Cavalo com alças (GINÁSTICA ARTÍSTICA): aparelho em formato de cavalo, com 1,15 m de altura, as alças com no mínimo 40 cm e no máximo 45 cm de distância uma da outra.

Cavando uma pedalada (CICLISMO): uma pedalada batendo o solo enquanto o corredor está fazendo uma curva.

CCE (HIPISMO): concurso completo de equitação. Modalidade na qual o ginete deve somar melhor pontuação em três provas: resistência, adestramento e salto.

Central (VÔLEI): jogador que atua próximo do meio da rede.

Centro (RUGBY): jogador que sofre muita pressão dos adversários. Deve ser muito bom passador, pois a bola passa por ele para chegar ao pontão.

Cesta (BASQUETE): local formado por um aro de metal horizontal e circular, com uma

rede em suspensão. / Quando um arremesso é certo.

Cesta average (BASQUETE): resultado da divisão dos pontos que a equipe anotou pelo número de pontos que sofreu durante o torneio. É um dos critérios de desempate mais utilizados.

Chang (TAEKWONDO): lutador com protetor azul.

Chapado (TÊNIS): golpear a bola com pouco efeito.

Chave (LUTA): técnica de imobilização, com o lutador torcendo os braços; as pernas ou os tornozelos do oponente.

Chave (GERAL): é a estrutura de um torneio, que através de um sorteio, determina a ordem de todos os primeiros jogos e os adversários seguintes dos vencedores.

China (VÔLEI): atacante sai do centro da rede, numa corrida quase paralela à rede, ataca a

bola na saída da rede, próximo à antena, saltando em um pé.

Chuá (BASQUETE): quando a bola entra na cesta sem tocar no aro, o som produzido do contato da bola com a rede se assemelha com 'chuá'.

Chui (JUDÔ): penalidade séria aplicada ao judoca por uma falta grave; o oponente ganha um yuko quando isso acontece.

Chute (BASQUETE): o mesmo que arremesso.

Chute de penalidade (RUGBY): o árbitro anota um penal, após faltas graves, de ação deliberada. A equipe que sofreu o penal poderá optar por um chute a gol do local onde a penalidade foi cometida. Um chute de penalidade certo vale três pontos.

Cidade-sede (GERAL): é a cidade onde se baseia a disputa da maioria das modalidades esportivas dos Jogos (não precisa ser a única, mas aí devem acontecer as cerimônias de abertura e encerramento dos Jogos entre outras demandas). A escolha da cidade-sede dos Jogos é feita sete anos antes de acontecerem os Jogos em uma assembleia dos membros do COI. Atenas, para 2004, por exemplo, foi definida como sede em 1997. Pequim que sediou os Jogos de 2008 foi eleita em 2001. Rio de Janeiro concorreu à disputa da sede dos Jogos de 2012. Ficou de fora na 'semifinal'. Por fim foi escolhida em outubro de 2009 para sediar o evento em 2016, convertendo-se assim na primeira cidade sul-americana a receber os Jogos Olímpicos.

Cinturão abdominal (LEVANTAMENTO DE PESO): com 12 cm de largura utilizado para manter ereta a coluna do levantador.

Ciclismo: como faz parte desde a primeira edição dos Jogos da Era Moderna (1896) pode-se dizer que é também um dos esportes mais tradicionais. Atualmente é disputado em quatro categorias: estrada, pista, BMX e mountain bike, que foi a última especialidade a entrar no programa olímpico.

COB (GERAL): sigla que sintetiza o nome do Comitê Olímpico Brasileiro, criado originalmente em junho de 1914, no Rio de Janeiro, e reinaugurado em 1935. Atualmente o preside – reeleito desde sua primeira eleição em 1995 – o advogado e ex-atleta olímpico (vôlei) Carlos Arthur Nuzman.

Círculo (ATLETISMO): área circular de onde os arremessadores não podem sair no momento do lançamento.

Clear (BADMINTON): ação defensiva básica, enviando a bola alta e no fundo da quadra adversária.

Clinch (BOXE): quando um boxeador ou os dois se seguram de modo que não possam trocar golpes.

COI (GERAL): sigla pela qual é conhecido o Comitê Olímpico Internacional, fundado em 1894 e responsável pela organização dos Jogos e a designação da cidade-sede – criado por Pierre de Coubertin e Dimítrios Vikélas. Hoje o COI conta com 206 NOCs (Comitês Olímpicos Nacionais, em inglês: National Olympic Committees) filiados – quase todos eles participarão dos Jogos do Rio 2016 – e o preside o ex-campeão olímpico de esgrima, o alemão Thomas Bach, que ocupa a posição desde

2013, quando sucedeu o belga Jacques Rogge, que representou olímpicamente seu país na vela.

Coelho (ATLETISMO): atleta que vai à frente em provas de média e longa distância para marcar o ritmo dos demais competidores.

Colarinho (LEVANTAMENTO DE PESO): encaixe de metal que prende as anilhas na barra.

Combinação (HIPISMO e PENTATLO MODERNO): sequência de obstáculos que serão ultrapassados sem novo impulso do cavalo.

Combinada corrida/tiro (PENTATLO MODERNO): última etapa da prova, na qual os competidores correm 3200 metros e a cada 800 metros disparam uma sequência de tiro.

Comissário (CICLISMO): é o árbitro das competições.

Compromisso (VELA): termo usado quando a linha imaginária da proa de um barco ultrapassa a linha de popa de outro barco, ou seja, quando há disputa de posições em uma regata.

Compulsory – compulsória – (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): série obrigatória, determinada pelo órgão oficial da competição.

Condução (HANDEBOL): carregar ilegalmente a bola; segurar a bola por três segundos ou caminhar três passos sem batê-la no chão.

Condução (VÔLEI DE PRAIA): falta anotada quando um jogador carrega a bola durante a jogada.

Condução (VÔLEI): quando um jogador ‘carrega’ a bola em uma jogada, o time adversário marca o ponto.

Conjunto (HIPISMO): dupla formada pelo cavalo e pelo cavaleiro.

Conjunto (NADO SINCRONIZADO): competição por equipes de oito nadadoras.

Contagem (BOXE): utilizada pelo árbitro quando um dos boxeadores é derrubado ou encontra-se seriamente machucado. A contagem é feita até dez e, se o boxeador continuar fora de combate, é considerado perdedor por nocaute.

Contagem (TAEKWONDO): efetuada pelo árbitro em coreano, é o tempo entre a queda e a recuperação de um lutador.

Controle (LUTA): quando um lutador domina seu adversário.

Controle (NADO SINCRONIZADO): altura, suavidade e técnica dos movimentos.

Conversão (RUGBY): a equipe que anota um try pode chutar a bola sobre o travessão e entre os postes, anotando uma conversão, que vale dois pontos.

Copo (ESGRIMA): parte da arma que protege a mão do atleta.

Coquilha (BOXE): protetor genital feito de couro. Fica sob o calção do atleta.

Corda (GINÁSTICA RÍTMICA): de cânhamo ou qualquer material sintético, com tamanho proporcional à altura da ginasta.

Corda (NATAÇÃO): localizada a 15 m do início da piscina, acionada na largada falsa. Impede que um atleta que não ouviu o sinal siga nadando.

Corda (TIRO COM ARCO): acessório do arco, normalmente de fibra sintética, esticado entre as pontas dos braços, que projeta as flechas.

Corner (BOXE): o vértice do ringue, onde se encontram as cordas. Cada pugilista, para os

descansos, tem designado um deles especificamente.

Córner curto (HÓQUEI SOBRE GRAMA): cobrança de penalidade com tiro livre do ataque, executado a partir da linha de fundo, com todos os atacantes posicionados fora da área de chute.

Córner longo (HÓQUEI SOBRE GRAMA): escanteio cobrado normalmente.

Corpo a corpo (ESGRIMA): situação em que os esgrimistas têm contato corporal.

Corrente (CICLISMO): equipamento que compreende as correntes das rodas, corrente e a roda dentada traseira.

Corrente fixa (CICLISMO): as duas partes horizontais de uma bicicleta que juntam o suporte inferior à roda traseira.

Corrida individual (CICLISMO): uma corrida em que dois competidores iniciam em lados opostos de uma trilha para alcançar o outro ou terminar no tempo mais rápido possível.

Corridas de fundo (ATLETISMO): corridas com distância superior a 10000 m.

Corridas de meio fundo (ATLETISMO): provas de 800 m, 1500 m e 5000 m.

Cortada (VÔLEI E VÔLEI DE PRAIA): bater na bola, de cima para baixo, em direção à quadra adversária.

Corta-luz (BASQUETE): um jogador tenta atrasar ou impedir que um adversário, sem a posse da bola, alcance uma posição desejada.

Costas (NATAÇÃO): estilo da natação. O nadador combina as rotações dos braços e batidas de pernas com o corpo de costas para a água.

Countback (ATLETISMO): método utilizado para determinar o vencedor quando dois saltadores empatam, é baseado na revisão de qual deles falhou menos em tentativas anteriores.

Cravar (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): bater forte na bola colocando-a no chão da quadra adversária.

Crawl (NATAÇÃO): estilo de nado usado nas provas livres, combinando as rotações dos braços com batidas dos pés.

Cross-country (PENTATLO): corrida em pista de terra.

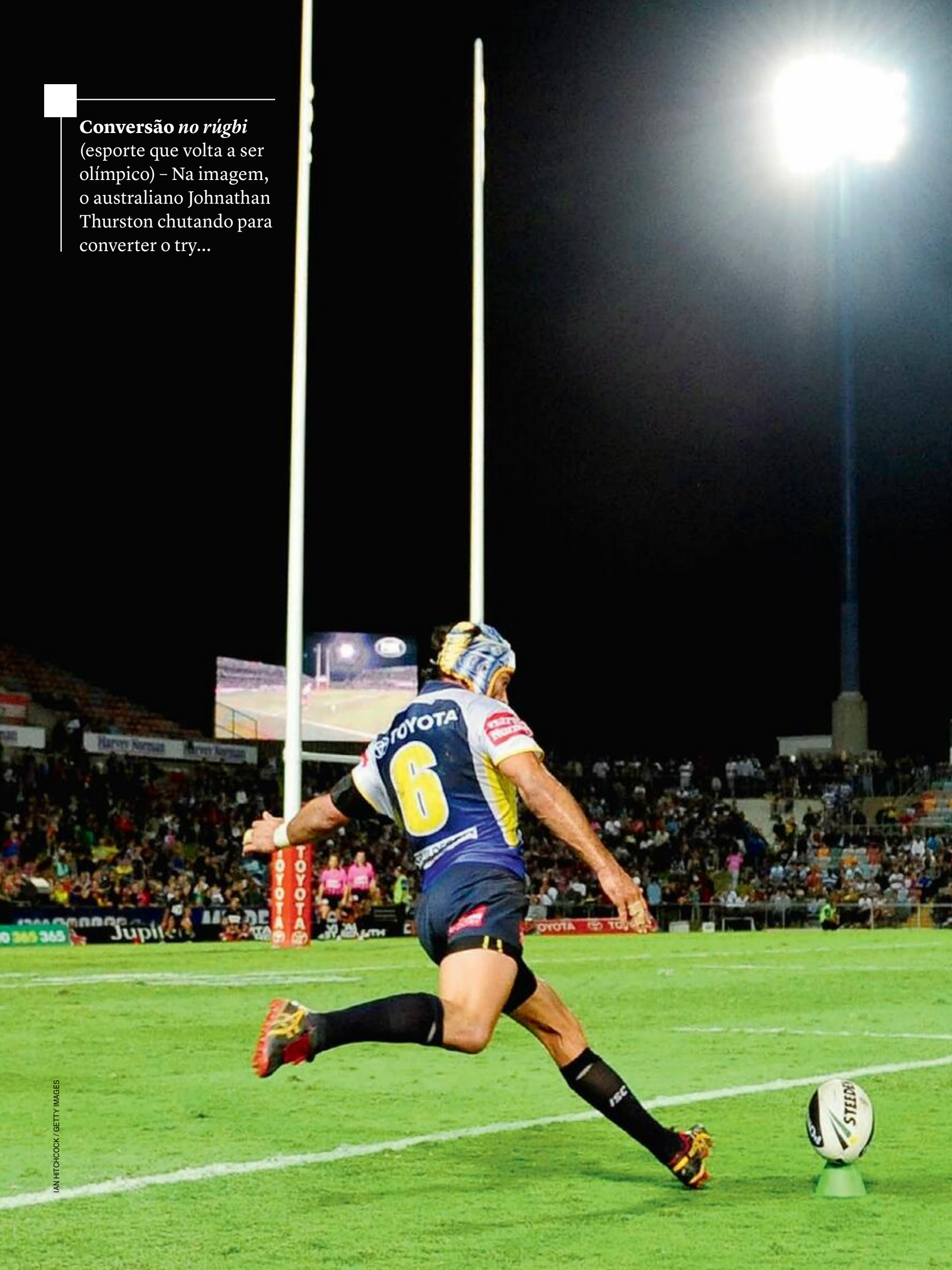
Cruzada (TÊNIS): bola lançada em diagonal, tanto de direita quanto de esquerda.

Cruzado (BOXE): golpe de curta distância, executado com um rápido movimento de braço da esquerda para a direita – ou vice-versa.

Contrarrelógio (CICLISMO):

modalidade em que o ciclista pedala um determinado percurso no menor tempo possível. O atleta larga sozinho e seu tempo é cronometrado. Não é permitido pegar vácuo dos adversários.

Conversão no *rúgbi*
(esporte que volta a ser
olímpico) – Na imagem,
o australiano Johnathan
Thurston chutando para
converter o try...





Dardo, lançamento de... – Jennifer Oeser, da Alemanha, em 2012

ALEXANDER HASSENSTEIN / GETTY IMAGES



Dacron (TIRO COM ARCO): fibra sintética utilizada na confecção das cordas dos arcos.

Dan (JUDÔ e TAEKWONDO): graduações da faixa preta. No judô, um judoca pode avançar sua graduação do primeiro dan (shoudan) ao décimo dan (juudan). Esses graus se diferenciam nas seguintes cores das faixas: preta (cinco dans iniciais), vermelha e branca ou coral (do sexto ao oitavo dan) e vermelha (nono e décimo dan). No taekwondo, são nove níveis de dan sem mudança na faixa.

Dar um jaibe (VELA): girar a popa através da linha do vento, mudando as velas de lado.

Dardo (ATLETISMO): haste de metal ou madeira, semelhante a uma lança, que os atletas devem arremessar em longa distância.

Deadlift (LEVANTAMENTO DE PESO): movimento de levantamento de peso básico com o objetivo de retirar uma carga do chão até o corpo estar ereto, sem elevação dos braços.

Decisão por nocaute (BOXE): quando um lutador é derrubado

por um golpe válido e permanecer no chão por dez segundos.

Decisão por pontos (BOXE): nenhum dos pugilistas foi a nocaute até o final do último assalto.

Decolagem (ATLETISMO): o ato de sair do chão.

Decolagem (SALTOS ORNAMENTAIS): saída do trampolim.

Dedeira (TIRO COM ARCO): acessório de cabedal que protege os dedos durante a abertura do arco. Cobre, normalmente, os dedos indicador, médio e polegar.

Default (TÊNIS): após receber quatro avisos de violação do código de conduta, geralmente por sua atuação em quadra, o jogador é desqualificado de uma partida.

Defensiva (ESGRIMA): ações destinadas a 'bloquear' a ofensiva adversária, composta de paradas, esquivas, os deslocamentos etc.

Defesa (GERAL): parte da equipe especialmente encarregada de proteger a sua meta. Tática ou jogada para defender. Jogador defensivo, que tem como missão fundamental impedir que a equipe contrária marque gols ou consiga pontos. Movimentos e técnicas realizadas por um lutador para não ser atingido pelo adversário.

Deixada (VÔLEI DE PRAIA): dar um leve toque na bola em vez de batê-la com força na quadra adversária, deslocando a defesa oponente.

Deixada (VÔLEI): dar um leve toque na bola em vez de batê-la com força na quadra adversária, procurando o espaço vazio na defesa oponente.

Delegação oficial (GERAL): grupo de atletas, treinadores, assistentes, médicos, administrativos e delegados (daí o nome) enviado aos Jogos por cada país filiado ao COI. Em Atenas, mais de 16.500 pessoas estiveram presentes, representando 201 delegações. O Brasil teve sua maior delegação da história.

Delfim (NADO SINCRONIZADO): a nadadora executa uma volta completa sob a água.

D decatlo (ATLETISMO): competição masculina composta de dez diferentes provas de atletismo em que vence o atleta com maior pontuação no geral.

Dentro (ESGRIMA): as linhas de dentro, alta e baixa.

Derrubada de costas (LUTA): golpe no qual o lutador levanta seu adversário, atirando-o por cima das costas.

Descendente (BASQUETE): evitar uma cesta quando a bola já estiver na parte descendente de sua trajetória.

Descer (CANOAGEM): vir do alto para baixo. Andar, mover-se para baixo. Seguir a direção de cima para baixo.

Descida (CANOAGEM): ação de descer. A prova consiste em descer os rios no menor tempo possível, cometendo o mínimo de faltas.

Desclassificação (BOXE): quando um boxeador desfere um golpe ilegal.

Desempate (HIPISMO): um segundo percurso com o número de obstáculos reduzidos e elevados 10 cm do percurso original.

Desempate (LUTA): é o árbitro principal que determina o desempate colocando o número do vencedor na sua mão esquerda.

Desengajamento (ESGRIMA): ação ofensiva simples deixando a linha atual para tocar em outra. Da linha alta o desengajamento é feito por baixo da lâmina adversária; partindo da linha baixa, por cima.

Desenho (NADO SINCRONIZADO): ângulos e posições do corpo.

Desistência (BOXE): quando o treinador joga a toalha, por considerar que seu pugilista não tem condições de continuar a luta.

Deslizada (ESGRIMA): ação de deslizar o ferro adversário, alongando o braço para preparar e colocar um ataque.

Deslocamento (ESGRIMA): ação do jogador ao longo da pista.

Desmico (VÔLEI): jogada ensaiada de ataque. O jogador da posição 3, meio de rede, simula uma cortada no centro da rede, chamando para si toda a atenção dos bloqueadores adversários. O jogador da posição 2, saída de rede, discretamente, passa por trás do central e executa a cortada à sua esquerda.

Desobediência (HIPISMO e PENTATLO MODERNO): quando o animal refuga, resiste, anda em círculos ou desiste de efetuar o curso.

Desqualificação (HANDEBOL): o jogador que receber o cartão vermelho deve se retirar da quadra e não pode mais voltar para a quadra durante a partida. Sua equipe fica com um jogador a menos durante dois minutos e depois desse tempo pode completar o time com outro jogador, desde que não seja aquele que foi expulso.

Destaque (ESGRIMA): ataque simples feito com mudança de linha através do caminho mais curto, seguido de uma estocada direta.

Deuce – iguais (TÊNIS): palavra francesa que significa igualdade de um game depois da pontuação 40 a 40. Um jogador deve ganhar dois pontos consecutivos após a igualdade para ganhar o game.

Deuk-jeom (TAEKWONDO): quando um ponto é anotado.

Devolução (TÊNIS): golpe de rebatida do saque.

Dia olímpico (GERAL): o 23 de junho é a data instituída como Dia Olímpico pelo barão Pierre de Coubertin, que, em 1894, em uma convenção olímpica na Sorbonne, em Paris, reuniu 21 nações, criou o COI e definiu os lineamentos da primeira Olimpíada Moderna, que aconteceria dois anos depois em Atenas.

Dif judge (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): árbitro de dificuldade.

Difficult (GIN. DE TRAMPOLIM): dificuldade da série livre.

Direito de passagem (ESGRIMA): no florete, o esgrimista que começa o ataque tem prioridade de ganhar o ponto no caso de toques simultâneos. Se ele errar o ataque ou se o adversário conseguir se defender, antes da resposta, a vantagem passa para o adversário. No caso de haver toques em simultâneo, sem prioridade, ninguém pontua.

Direito de passagem (VELA): quando dois barcos estão em rumos de colisão se aplicam as regras internacionais para evitar

abalroamento no mar. Um dos barcos tem direito de passagem e o outro é obrigado a manobrar para evitar a colisão. O barco que tem o direito de passagem chama-se 'com preferência' e o barco que deve dar passagem chama-se 'obrigado a manobrar'.

Disco (ATLETISMO): placa de madeira envolta por um arco de metal.

Disparador (TIRO COM ARCO): acessório que solta a corda mecanicamente quando se aplica uma força mínima no gatilho ou botão.

Distância (HIPISMO): a aproximação do cavalo perante o obstáculo a ser saltado, de modo que chegue ao obstáculo na distância ideal para o salto.

Distensão (HIPISMO): local reservado, onde os cavalos e cavaleiros se aquecem antes de entrar no percurso.

Divisão negativa (NATAÇÃO): estratégia em que o nadador percorre a segunda metade da prova de maneira mais rápida do que a primeira.

DNF (ATLETISMO): sigla para a expressão em inglês 'did not finish', quando o atleta ou equipe não completou a prova.

Dobok (TAEKWONDO): uniforme tradicional do taekwondo.

Dois com (REMO): barco para dois remadores e um timoneiro.

Dois minutos (HANDEBOL): punição que obriga o jogador a permanecer fora da partida durante dois minutos, depois dos quais pode retornar ao jogo com permissão da mesa de arbitragem. Durante esse período, o time fica com um jogador a menos. A punição é geralmente aplicada em caso de faltas desnecessárias e de substituições incorretas.

Dois sem (REMO): barco para dois remadores com um remo cada.

Dois toques (BASQUETE): violação caracterizada por quicar a bola com ambas as mãos simultaneamente.

Dois toques (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): infração quando um jogador toca a bola duas vezes consecutivas ou a bola toca, consecutivamente, várias partes de seu corpo.

Dois toques do bloqueio (VÔLEI): no bloqueio, contatos consecutivos podem ocorrer entre um ou mais jogadores, desde que esses contatos ocorram durante a mesma ação.

Dojang (TAEKWONDO): local de treinamento.

Dojo (JUDÔ): sala ou edifício onde se pratica judô.

Doping (GERAL): é a utilização –

em competição e por parte de um atleta – de qualquer substância proibida pelo COI (que tem um comitê especializado no assunto) com a finalidade de melhorar sua performance. Os exames antidoping começaram a ser realizados pela primeira vez nos Jogos Olímpicos da Cidade do México, em 1968, pois a altura da capital asteca fazia supor que muitos atletas compensariam a falta de oxigênio com anabolizantes.

Dos Santos (GIN. ARTÍSTICA): salto com o duplo twist carpado (dois saltos mortais com as pernas esticadas e juntas ao corpo), inventado pelo técnico Oleg Ostapenko e consagrado pela brasileira Daiane dos Santos.

Double back (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): duplo mortal.

Double bogey (GOLFE): acertar o buraco com duas tacadas acima do par.

Double full twist (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): mortal com duas piruetas.

Double mini tramp (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): minitrampolim duplo.

Double-double (BASQUETE): um jogador atinge a contagem de dois dígitos em duas estatísticas das cinco: pontos, rebotes, assistências, roubos de bola ou tocos. Ex.: 12 assistências e dez pontos.

Downhill (CICLISMO): evento ciclístico que consiste numa descida de montanha, um atleta de cada vez. O vencedor é o corredor com o menor tempo.

DQ (ATLETISMO): sigla da palavra em inglês 'disqualification', o atleta é desclassificado ao cometer alguma violação.

Direto (BOXE): golpe que sai da altura do ombro, com um movimento de braço horizontal e violento, geralmente contra o rosto do adversário.

Drible da vaca (FUTEBOL):

um jogador toca a bola por um lado do adversário, ultrapassa-o pelo outro lado e toca novamente na bola.

Draft (TRIATLO): no ciclismo, quando um competidor está atrás de outro tirando vantagem da resistência do vento.

Drafting (TRIATLO): técnica de pedalar em bando. Pela vantagem a ser obtida, em certas provas é proibido pegar o vácuo.

Dragona (TIRO COM ARCO): acessório para fixar o arco à mão, proporcionando uma pega mais segura.

Draw (GOLFE): para jogadores destros, tacada em que a bola se desloca levemente da direita para a esquerda no ar.

Drible (BASQUETE): importante gesto ofensivo, porque permite ao jogador progredir com a bola no campo, na direção pretendida.

Drible (FUTEBOL): jogada em que um jogador com a bola passa pelo adversário.

Drible (HANDEBOL): bater a bola diversas vezes no solo utilizando apenas uma das mãos.

Drible (HÓQUEI SOBRE GRAMA): um jogador com a bola controlada com o taco passa pelo adversário.

Drible do chinelo (FUTEBOL): o jogador dá um toque fraco de letra na bola e com o outro pé muda a direção da bola, confundindo o adversário.

Drible do parafuso (FUTEBOL): o jogador bate de calcanhar na bola, gira e dá mais um toque nela, mudando a direção da bola e enganando o adversário.

Drift (TRIATLO): no ciclismo, o atleta se move lateralmente enquanto ataca para conseguir maior velocidade.

Drive (BADMINTON): golpe de ataque, mais usado em jogos de duplas, geralmente das laterais da quadra.

Drive (GOLFE): primeira tacada a partir do tee de um buraco.

Drive (TÊNIS DE MESA): batida da raquete pegando a bola de baixo para cima, gerando um efeito.

Drive (TÊNIS): qualquer golpe executado no fundo da quadra.

Driver (GOLFE): nome do taco utilizado para tacadas de longa distância, usado para a saída. Taco que proporciona as tacadas de maior distância.

Drop (POLO AQUÁTICO): estratégia pela qual os jogadores abandonam a defesa para proteger o centro da piscina e ajudar a bloquear os chutes a gol.

Drop goal (RUGBY): a qualquer momento da partida, um jogador poderá chutar a bola a gol. Para um drop goal ser validado, a bola deverá ter tocado o chão antes

de ser chutada. Um drop goal vale três pontos.

Drop shot (BADMINTON): é um golpe ofensivo em que o jogador acerta a peteca exatamente em frente à sua cabeça, reduzindo a velocidade do braço num espaço pequeno antes de acertá-la, forçando a uma trajetória descendente, devendo a peteca cair, invariavelmente, logo após a rede, dificultando a jogada do adversário.

Drop shot (TÊNIS E TÊNIS DE MESA): a chamada 'largadinha', em que a bola, curta, pinga perto da rede, no lado adversário.

Dueto (NADO SINCRONIZADO): categoria de prova disputada por duas atletas do mesmo país.

Dummy (RUGBY): ato de ludibriar com as mãos um adversário, simulando um falso passe. Trata-se de um drible.

Dupla falta (TÊNIS): dois erros consecutivos de saque – dá o ponto ao adversário.

Dupla (GERAL): dois competidores disputam lado a lado uma competição esportiva com o objetivo de vencer.

Dupla mista (GERAL): dupla composta de um homem e uma mulher.

Duplo (ESGRIMA): quando dois esgrimistas se tocam simultaneamente. No florete e sabre, a pontuação ocorre conforme a aplicação das convenções. Na espada, os dois são declarados tocados.

Duplo (HIPISMO): dois obstáculos dispostos um após o outro, podendo ter de um a dois lances de galope entre eles. É considerado um único obstáculo.

**Dueto, modalidade do nado
sincronizado...** – Na imagem
Miya Tachibana e Miho Takeda,
do Japão, fazendo sua rotina nos
Jogos Olímpicos de Londres 2012







Eggbeater (POLO AQUÁTICO): pernada que dá toda a sustentação ao jogador. Ele não toca os pés no fundo da piscina.

Eixo (GINÁSTICA RÍTMICA): movimento no qual a ginasta faz a bola dar uma volta ao redor do próprio pé.

Eagle (GOLFE): acertar o buraco com duas tacadas abaixo do par.

Eastern (TÊNIS): forma de empunhar a raquete. A face da raquete e a palma da mão estão em um mesmo plano e não existe uma linha quebrada em seu pulso, ele está completamente reto. Atualmente muito usado para os golpes de fundo e no início do aprendizado dos voleios.

Elástico (FUTEBOL): o jogador, parado na frente do marcador, toca duas vezes com o mesmo pé na bola, mudando o movimento dela, enganando assim o adversário.

Elemento acrobático (GINÁSTICA ARTÍSTICA): exercício com rotação superior a 180° sobre o eixo transversal do corpo.

Elemento ginástico (GINÁSTICA ARTÍSTICA): exercício sem rotação superior a 180° sobre o eixo transversal do corpo.

Elemento técnico (GINÁSTICA ARTÍSTICA): qualquer exercício realizado na disputa do esporte, que pode ser ginástico e acrobático.

Elevação (SALTOS ORNAMENTAIS): altura máxima alcançada pelo atleta no salto.

Elevação (TÊNIS): o jogador realiza o movimento de jogar a bola para o alto para sacar.

Eliminação direta (GERAL): fórmula de competição em que os competidores são eliminados depois de uma derrota ou duas derrotas se houver a fase de repescagem.

Em guarda (ESGRIMA e PENTATLO MODERNO): a posição básica que permite ao atleta atacar ou defender.

Embaixadinha (FUTEBOL):

usando várias partes do corpo, o jogador controla a bola sem deixá-la tocar no chão.

Embarcação (CANOAGEM, REMO E VELA): qualquer construção destinada a navegar; navio, barco.

Embarcações de grande porte (VELA): barcos com comprimento igual ou superior a 24 metros.

Embarcações de médio porte (VELA): barcos entre 5 e 23,99 metros de comprimento.

Embarcações miúdas (VELA): barcos com menos de 5 metros de comprimento.

Empate (ATLETISMO): quando dois ou mais corredores cruzam a linha de chegada simultaneamente, o que leva a um empate.

Empenagem (TIRO COM ARCO): conjunto das plumas ou estabilizadores para que a flecha mantenha a trajetória ideal de voo.

Empunhadura (BADMINTON, TÊNIS e TÊNIS DE MESA): forma natural porém firme de empunhar a raquete, como se o jogador estivesse apertando a mão de alguém.

Empunhadura (GERAL): forma de segurar no aparelho ou na barra.

Empunhadura anatômica (ESGRIMA): empunhadura especialmente moldada para facilitar o controle da arma.

Em suas marcas (ATLETISMO): primeira chamada para que os corredores assumam sua posição na linha de largada.

Escanteio (FUTEBOL, HANDEBOL e POLO AQUÁTICO): quando a bola toca por último em um jogador que defende e sai pela linha de fundo. No handebol, a regra não se aplica quando o goleiro é quem espalma a bola para fora. No polo aquático, o escanteio é cobrado desde a marca da área de 2 metros e nenhum atacante pode permanecer nessa área durante a cobrança. No futebol e no handebol, o escanteio é cobrado na intersecção entre a linha de fundo e a linha lateral, do lado em que a bola saiu.

Empunhadura dorsal (GINÁSTICA ARTÍSTICA): a palma das mãos é posicionada para a frente quando em suspensão e para baixo no apoio. Nas paralelas, argolas e cavalo com alças as palmas das mãos se defrontam.

Empunhadura mista (GINÁSTICA ARTÍSTICA): combinação da dorsal com a palmar.

Empunhadura palmar (GINÁSTICA ARTÍSTICA): oposto da dorsal, as palmas ficam voltadas para o ginasta.

Encordoamento (TÊNIS): superfície de cordas da raquete (cabeça) para rebater a bola.

Encosta (HIPISMO): obstáculo

composto de três varas, a do meio é a mais alta.

Enfurnar (VELA): encher-se de vento as velas.

Engajamento (ESGRIMA e PENTATLO MODERNO): situação de duas lâminas em contato. Engajar consiste em tomar contato com a lâmina adversária.

Engrenagem (CICLISMO e TRIATLO): parte da projeção da roda que serve para transmitir movimento para a bicicleta.

Enrolamento (GINÁSTICA RÍTMICA): a corda enrola em alguma parte do corpo.

Enterrada (BASQUETE): ‘socar’ a bola na cesta com uma ou com as duas mãos.

Entrada (SALTOS ORNAMENTAIS): final do salto, quando o atleta entra na água. O ideal é que o saltador esteja o mais próximo possível da posição vertical, espirrando o mínimo de água.

Entrada de rede (VÔLEI): como o rodízio é realizado no sentido horário, a posição 4 (ataque esquerdo) corresponde à entrada do atleta na zona de ataque, ou seja, na entrada de rede.

Equilíbrio (SALTOS ORNAMENTAIS): saída em parada de mãos, virado para a água. Executado apenas na plataforma.

Equilíbrio (GINÁSTICA RÍTMICA): posição estática, em que a ginasta faz uma pose distinta.

Erro não forçado (TÊNIS): erro atribuído ao próprio jogador.

Escalador (CICLISMO): ciclista bom de montanha. Aquele que tem facilidade e resistência nos aclives.

Escalera (CICLISMO): ‘escada’ em espanhol, em trechos com muito vento, um ciclista atrás lateralmente do ciclista da frente, se beneficiando do vácuo.

Escapada (CICLISMO): quando um ou vários competidores se adiantam dos demais, abrindo uma certa distância de vantagem.

Escapada (LUTA): um lutador se livra do domínio imposto pelo adversário.

Escape (REMO): ângulo entre a pá do remo – na vertical – e uma linha perpendicular à superfície da água.

Escotas (VELA): cabos usados para controlar as velas. ‘Caçar’ é puxar esses cabos trazendo a vela

Esportes olímpicos (GERAL):

o Comitê Olímpico Internacional diz que um esporte, para ser olímpico, deve ser praticado por homens em no mínimo 75 países e quatro continentes e por mulheres em pelo menos 25 países e três continentes. Além disso, deve manter o espírito amador, motivo pelo qual, em 2004, vetou a inclusão das provas de Fórmula 1.

para a linha de centro do veleiro; e 'folgar' é soltá-los, deixando a vela se afastar da linha de centro.

Esgrima (GERAL): é uma das modalidades que fazem parte dos Jogos desde o início e é considerada das mais nobres. A esgrima conta com três armas diferentes para a distribuição de medalhas: espada, florete e sabre.

Espacate (GINÁSTICA ARTÍSTICA): afastamento máximo das pernas estendidas.

Espada (ESGRIMA e PENTATLO MODERNO): uma das três armas usadas na esgrima moderna; inspirada na tradicional espada de duelo. Para pontuar, a arma pode tocar o corpo inteiro do adversário.

Esquadilha (VELA): frotas navais.

Espirais com a fita (GINÁSTICA

RÍTMICA): movimentos em forma de círculo, contínuos e com no mínimo quatro ou cinco ondinhas no momento da execução.

Esportes de exibição (GERAL): até os Jogos de Barcelona em 1992, o COI permitia a disputa de modalidades de 'exibição' (também chamados de 'demonstração'), que participavam como teste e não eram válidos para o quadro de medalhas daquele ano, mas que em algum momento no futuro, poderiam ser incorporados ao programa oficial.

Esquiva (BOXE): artifício de defesa do lutador. Usado para sair da trajetória do golpe aplicado pelo adversário.

Esquiva (ESGRIMA): evitar um golpe pelo deslocamento rápido do corpo.

Estabilizador (TIRO COM

ARCO): haste ou conjunto de hastes de diversos materiais (alumínio, carbono) para estabilizar o arco, retirando a vibração dele.

Estação de tiro (TIRO ESPORTIVO): área onde os atiradores ficam. No Brasil, também se chama box ou posto de tiro.

Estacionata (HIPISMO): obstáculo com as varas num mesmo plano vertical.

Esteira (VELA): borda de baixo.

Estendida (GERAL): posição do corpo em linha reta, sem nenhum ângulo. O abdômen e os glúteos devem estar contraídos.

Estibordo – boreste (CANOAGEM, REMO E VELA): lado direito do barco, tomando-se como referência quem está de frente para a popa.

Estocada (ESGRIMA): termo antigo designando um golpe executado pela ponta da arma.

Exclusão (HANDEBOL): expulsão de quadra do jogador em casos de agressão física e/ou verbal ou em lances violentos. O árbitro exhibe o cartão vermelho para o jogador que será excluído.

Execução (NADO SINCRONIZADO): é a apresentação dentro de uma piscina, de uma rotina de movimentos ao ritmo da música.

Execução (SALTOS ORNAMENTAIS): performance julgada por mecânica, técnica e forma do salto.

Extração (REMO): quando o remador retira a pá da água.

Estocada, Espada, Esgrima...
- *Três definições numa mesma fotografia.* Quando Ruben Limardo Gascon, da Venezuela, e Bartosz Piasecki, da Noruega, se alcançam mutuamente...





Flotilha, vela...

– O pequeno conjunto de barcos da classe laser configura uma autêntica flotilha no evento teste Aquece Rio, na Bahia de Guanabara, antes dos Jogos Olímpicos de 2016



Fade (GOLFE): para jogadores destros, uma tacada em que a bola se desloca levemente da esquerda para a direita no ar.

Fade-away (BASQUETE): significa arremessar pulando para trás.

Fairway (GOLFE): região no centro do campo, entre o tee e o green.

Faixa (JUDÔ): parte do uniforme do judoca, a faixa serve também para diferenciar a graduação ao atleta. As cores variam de branca a vermelha.

Fall – falta (TÊNIS): um erro no saque: sacar a bola para a rede, fora da área permitida ou por pisar a linha de fundo de quadra. O jogador não perde ponto e saca outra vez.

Falsa largada (ATLETISMO): o corredor deixa o bloco de largada antes do sinal.

Falta (ATLETISMO): violação em que o atleta, em provas de salto ou arremesso em distância, pisa sobre a linha ou círculo que limita sua aproximação.

Falta (FUTEBOL): infração dentro de campo; se ocorrer dentro da grande área, é pênalti.

Falta (GERAL): uma violação de alguma das regras da modalidade.

Falta (HIPISMO e PENTATLO MODERNO): designa cada obstáculo que o cavalo derruba durante o percurso.

Falta de 4 metros (POLO AQUÁTICO): falta cometida por algum jogador de defesa dentro da linha de 4 metros.

Falta de posicionamento (VÔLEI): quando um jogador se posiciona de forma irregular na quadra e sua equipe perde o ponto.

Falta desqualificante (BASQUETE): é um comportamento antidesportivo flagrante de um jogador, substituto, técnico, assistente técnico ou acompanhante de equipe. Um jogador também é desqualificado se contra ele forem marcadas duas faltas antidesportivas.

Falta dupla (BASQUETE): dois adversários cometem falta um no outro simultaneamente.

Falta dupla (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): jogadores das duas equipes cometem uma irregularidade ao mesmo tempo. O árbitro volta a disputa do ponto.

Falta técnica (BASQUETE): falta marcada por comportamento inaceitável – agressão, xingamento.

Fartlek (ATLETISMO): termo sueco de jogadas de velocidade. É um exercício que permite que o corredor, em um ritmo contínuo, use períodos de corrida rápida, moderada ou lenta alternadamente, conforme desejar. Esse exercício é aeróbico e anaeróbico.

Fase de recuperação (ATLETISMO): período entre o momento no qual o pé perde o contato com o solo até atingir o solo novamente.

Fast skin (NATAÇÃO): roupa feita de tecido especial, que cobre o corpo do pescoço ao tornozelo. Segundo os fabricantes, aumenta a velocidade do nadador.

Fast-flite (TIRO COM ARCO): são as fibras sintéticas usadas mais recentemente nas cordas dos arcos compostos.

Fazendeiro (FUTEBOL): jogador com pouca técnica, normalmente defensor que apela para os chutes e para a violência.

Fed cup (TÊNIS): competição feminina anual internacional entre países, similar à Copa Davis.

Fechamento (GINÁSTICA ARTÍSTICA): movimento de flexão da região do quadril.

Ferro (ESGRIMA): sinônimo de lâmina.

Figura (NADO SINCRONIZADO): combinação de posições do corpo de acordo com as regras.

Figura híbrida (NADO SINCRONIZADO): combinação de figuras, posições corporais e movimento.

Filado ao vento (VELA): a embarcação aponta a proa diretamente para o vento sem seguimento ou governo.

Filipina (NATAÇÃO): movimento de braços que se assemelha ao da parte submersa da braçada do borboleta. Utilizada nas provas do nado peito, pode ser executada uma vez após a largada e uma vez depois de cada virada.

Finca-pés (REMO): onde são fixados os tênis do remador.

Finta (FUTEBOL): jogada na qual um jogador engana o adversário.

Finta (BADMINTON): ação que visa confundir o adversário antes ou no momento do saque.

Finta (ESGRIMA): simulação de uma ação ofensiva ou contraofensiva tirando partido de uma reação (ou falta de reação) do adversário.

Finta em tempo (ESGRIMA): termo italiano, sinônimo de contra-ataque composto.

Fita (GINÁSTICA RÍTMICA): aparelho com uma vareta de madeira ou material sintético de diâmetro máximo de 1 cm, com 50 a 60 cm de comprimento, e uma parte de cetim com largura de 4 a 6 cm por 6 m de comprimento.

Flair (GINÁSTICA ARTÍSTICA): movimento específico do cavalo com alças. O ginasta alterna o apoio das mãos enquanto as pernas ficam separadas e estendidas e circulam o corpo.

Flamingo (NADO SINCRONIZADO): posição na qual uma perna fica perpendicular à superfície da água enquanto a outra fica encostada ao peito da nadadora.

Flecha (ESGRIMA): progressão

ofensiva a partir do desequilíbrio do corpo à frente, precedido de alongamento do braço e conjugado com uma explosão alternativa das pernas. / Ataque corrido muito utilizado na espada e no sabre.

Flecha (TIRO COM ARCO): formada por tubo, plumas e ponta, é lançada pelo arco.

Flic korbut (GINÁSTICA ARTÍSTICA): flic para trás colocando somente as mãos na trave, com os pés formando uma posição carpada ou estendida. A ginasta cai sentada sobre a trave.

Flic-flac (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o ginasta leva os braços ao solo ao mesmo tempo em que seus pés deixam o solo, usando um grande impulso dos ombros. Pode ser executado para a frente ou para trás.

Flic-flac de pernas separadas (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o ginasta executa um flic-flac sobre a trave com as pernas separadas, de modo que uma perna chegue à trave antes da outra. Requer equilíbrio, alinhamento e precisão.

Flick (HÓQUEI SOBRE GRAMA): mesmo princípio do 'push', só que esta expressão é utilizada quando a bola sai do chão.

Flip ou salto (GINÁSTICA ARTÍSTICA): salto mortal duplo

com um parafuso completo no primeiro salto – uma rotação em torno do próprio corpo – para a frente ou para trás – sem o uso das mãos no solo.

Florete (ESGRIMA): uma das armas usadas na esgrima moderna; empregada como arma de treino nos séculos XVII e XVIII. Para pontuar, a arma só pode tocar o tronco do adversário.

Flotilha (VELA): pequeno conjunto de barcos, esquadrilha.

Flutuação (HANDEBOL): movimento do defensor na marcação de seu oponente direto, saindo à frente e retornando novamente à sua posição de origem.

Flutuação de costas (NADO SINCRONIZADO): realizada com o corpo inteiro na superfície d'água.

Folgar (VELA): soltar as escotas.

Foot fault (TÊNIS): falta cometida quando o jogador pisa na linha de base durante a execução de saque ou tirar os dois pés do chão antes de a raquete tocar a bola.

Forçar o passo (CICLISMO): aumentar a velocidade para fazer o grupo ir mais rápido.

Forehand (TÊNIS DE MESA): golpe executado ao lado ou na frente do corpo com a palma da mão da raquete de frente para o oponente.

Forehand clear (BADMINTON): usando o corpo em combinação com o movimento de cintura, o jogador ganha potência.

Forfait (HIPISMO): significa a não participação de um cavaleiro previamente inscrito em um concurso por algum motivo veterinário ou simples desistência.

Forehand (TÊNIS): golpe executado no lado da mão hábil; nos destros, em seu lado direito, e, nos canhotos, em seu lado esquerdo.

Fuga ou escapada (CICLISMO): quando um ciclista ou um pequeno grupo de ciclistas se desliga do pelotão, buscando marcar uma diferença de tempo e espaço que se torne impossível de tirar.

Formação (GINÁSTICA RÍTMICA): atuando em grupo é um padrão formado pelo posicionamento do atleta no tablado.

Forqueta (REMO): peça metálica em forma de forquilha para apoiar os remos de um barco.

Forte no fraco (ESGRIMA): característica fundamental da defensiva, opondo o lado forte da lâmina à parte fraca da lâmina adversária.

Fosbury flop (ATLETISMO): estilo de salto em altura que leva o nome do campeão olímpico Dick Fosbury. O atleta realiza o salto com o rosto para cima, superando o sarrafo de costas.

Fossa dupla (TIRO ESPORTIVO): prova em que dois pratos são lançados em dois diferentes ângulos e alturas. O atirador precisa acertar um tiro em cada prato.

Fotochart (GERAL): sistema fotográfico estreado nos Jogos de Los Angeles 1932, utilizado nas provas do atletismo para definir o vencedor quando dois ou mais competidores cruzam a linha de chegada praticamente juntos. Teve sua origem no turf (corrida de cavalos).

Four skiff (REMO): barco com quatro remadores com dois remos cada.

Fraca (ESGRIMA): parte fina e flexível de uma lâmina.

Frango (FUTEBOL): gol resultado de falha do goleiro.

Frase d'armas (ESGRIMA): sequência ininterrupta de ações ofensivas, defensivas e contraofensivas durante um jogo.

Free kick (RUGBY): após um mark ou uma infração o árbitro pode ordenar um free kick. As opções de chute são: um punt (um chute longo para o adversário sem deixar a bola tocar antes o solo); um drop kick (um chute longo para o adversário deixando antes a bola tocar o solo); ou um tap kick (um chute curto para as próprias mãos, possibilitando que a equipe saia jogando com as mãos, e não por meio de um chute ao adversário). Uma equipe pode ainda optar por ter um scrum a favor no lugar de um free kick.

Freestyle (GERAL): estilo livre.

Freguês (FUTEBOL): adversário que é frequentemente derrotado por outro.

Frente (SALTOS ORNAMENTAIS): saída virada para a água e execução dos movimentos para a frente.

Freio (CICLISMO e TRIATLO): equipamento de segurança da

bicicleta, acionado por cabos de aço através do manete de freio.

Front 3/4 (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): salto três quartos de mortal, em que se cai na posição de costas.

Front back (GIN. DE TRAMPOLIM): salto mortal para a frente.

Fuku-shin (JUDÔ): juiz.

Full (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): mortal com pirueta finalizando na posição esticada. Acima de duplos pode ser executado na posição grupada.

Full-in (GINÁSTICA ARTÍSTICA): salto mortal duplo com um parafuso completo no primeiro salto.

Full-out (GINÁSTICA ARTÍSTICA): salto mortal duplo com um parafuso no segundo salto.

Fusen-gachi (JUDÔ): vitória composta.

Fusen-sho (JUDÔ): vitória por falta de comparecimento do adversário.

Fuso horário (GERAL): é a diferença de horário entre duas regiões, por exemplo, Brasília e Atenas, que durante os Jogos de 2004 foi de cinco horas. Importante para a distribuição de esportes no momento de compatibilizar os interesses da televisão nos países receptores, hoje economicamente mais importante que o país que recebe os Jogos.

Futebol (GERAL): o mais popular esporte do planeta e o único título que – na especialidade – o Brasil não ganhou.

Fuzil (VELA): dispositivo que conecta os estais e os brandais ao convés ou casco.



Goleiro, neste caso do hóquei na grama... – sua proteção é especial...

JAMIE SQUIRE / GETTY IMAGES

Gaiola de proteção (ATLETISMO): grade metálica colocada atrás da área de lançamento/arremesso para proteger todas as pessoas que se encontram próximas. A gaiola deve ser projetada e conservada para ser capaz de suportar o impacto do disco se movendo a uma velocidade de 25 m/s e de um martelo se movendo a uma velocidade de 32 m/s.

Galão (HIPISMO): passo do cavalo quando está galopando.

Galope (HIPISMO e PENTATLO MODERNO): andadura em três tempos. Quatro tipos de galope: reunido, de trabalho, médio e alongado.

Game (TÊNIS): subdivisões de um set.

Game perfeito (TÊNIS): game em que o tenista vitorioso não dá nenhuma chance de ponto ao oponente.

Game point (TÊNIS): ponto que pode definir o game em favor de um tenista.

Game-set-match (TÊNIS): chamada do juiz de cadeira depois do último ponto do jogo.

Grama (TÊNIS): piso rápido, em que a bola desliza, favorecendo os jogadores de saque e voleio. Usada em Wimbledon, outros torneios ingleses

e em poucos outros lugares, geralmente países do antigo Império Britânico, como Austrália e Índia.

Gam-jeon (TAEKWONDO): penalidade que retira um ponto do lutador.

Gancho (BASQUETE): arremesso feito com uma mão, com o corpo de lado entre a mão que está arremessando e a cesta.

Gancho (BOXE): movimento de braço a meia distância, de baixo para cima.

Gandula (FUTEBOL): Bernardo Gandulla era um meia argentino contratado pelo Vasco da Gama, em 1939. Como ele nunca jogava, ficava sempre à margem do campo, nos treinos, de onde devolvia as bolas que saíam.

Garlindéu (VELA): a junção que une a retranca ao mastro. Funciona como um elo giratório que permite à retranca mover-se para cima, para baixo e de um lado para o outro.

Garrafa (TIRO ESPORTIVO): fonte de

ar comprimido de recarga do cilindro de ar das carabinas.

Garrafão (BASQUETE): a área delimitada entre a linha de lance livre e próxima à linha de fundo, onde os jogadores podem ficar apenas três segundos durante uma jogada.

Gatilho (TIRO COM ARCO): acessório que os atletas usam para o disparo nos arcos compostos.

Genoa (VELA): vela triangular usada na proa.

Gigante (GINÁSTICA ARTÍSTICA): uma rotatória em volta da barra de 360°, executada com braços estendidos e corpo na posição estendida.

Ginástica (GERAL): dividida em três modalidades (artística, rítmica e de trampolim), a ginástica é praticada desde a Antiguidade, mas sua concepção moderna foi desenvolvida pelo professor alemão Friedrich L. Jahn, no século XVIII.

Ginástica artística (GERAL): mesmo que ginástica olímpica, que é o nome que se dá a um esporte olímpico com normas oficiais de competição que se realiza em seis aparelhos masculinos (argolas, cavalo com alças, barra

Gol de placa (FUTEBOL): gol feito de maneira espetacular e incomum que merece uma placa comemorativa ao feito. A criação da expressão 'gol de placa' é atribuída ao jornalista Joelmir Beting.

fixa, paralelas simétricas, salto sobre o cavalo e solo) e quatro femininos (paralelas assimétricas, salto sobre o cavalo, solo e trave de equilíbrio). A principal característica deste esporte é a realização de acrobacias, como rotações do corpo nos diferentes sentidos e direções, combinados com elementos ginásticos. Para realizá-los, o ginasta depende de todas as suas qualidades físicas e habilidades psicomotoras.

Ginástica de trampolim (GERAL): saltando sobre um trampolim que é uma cama elástica, os ginastas realizam saltos acrobáticos no ar e são avaliados pela dificuldade, execução e tempo de voo.

Ginástica rítmica (GERAL): ao som de música, em prova individual e em conjunto, as ginastas se apresentam diante de um júri, num espetáculo de dança e movimentos, manipulando um dos cinco aparelhos: arco, bola, corda, fita e maçãs.

Girar (CICLISMO): sinônimo de pedalar.

Giro (CICLISMO): sinônimo de carga, porém utilizado para designar quantidade de resistência na roda, por exemplo 'carga pesada' é sinônimo de 'giro pesado'.

Giro (GINÁSTICA ARTÍSTICA): rotação em torno de um eixo fixo do aparelho, paralelo ao eixo transversal do corpo.

Giro chainé ballet (GINÁSTICA ARTÍSTICA): série de voltas rápidas, de um pé para o outro, na primeira posição na ponta ou na meia-ponta.

Giro combinado (NADO SINCRONIZADO): série de giros descendentes de no mínimo 360°, com igual número de giros ascendentes.

Giro combinado reverso (NADO SINCRONIZADO): série de giros ascendentes de no mínimo 360°, com igual número de giros descendentes.

Giro confuso (NADO SINCRONIZADO): giro descendente com uma rotação de no mínimo 720°.

Giro de quadris para trás (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o corpo executa um giro completo em torno do eixo transversal. Movimento típico das barras assimétricas.

Giro descendente (NADO SINCRONIZADO): giro de 180° ou 360° que começa na posição vertical e termina com o calcanhar tocando a superfície d'água.

Giro gigante (GINÁSTICA ARTÍSTICA): elemento específico das barras assimétricas. Uma rotatória em volta da barra de 360°, executada com todo o corpo na posição estendida.

Giro livre com arco (GINÁSTICA RÍTMICA): um giro sem posicionamento das mãos no arco.

Goaltending – interceptar na descendente (BASQUETE): mesmo que a violação de bola interceptada na descendente (entrando na cesta).

Gol de campo (HÓQUEI SOBRE GRAMA): é o gol que acontece com o jogo em andamento; após a sua marcação o jogo continua normalmente.

Gol (GERAL): conjunto formado pelas traves superiores e inferiores. / Ponto ou tento pela transposição da bola nas balizas do adversário.

Gol de letra (FUTEBOL): o jogador passa o pé que vai atingir a bola por trás do pé de apoio e, com ele, toca sutilmente na bola.

Gol olímpico (FUTEBOL): gol marcado num chute direto na cobrança de um escanteio. O primeiro gol olímpico aconteceu no campo do Centro Sportivo Barracas, em Buenos Aires, dia 2 de outubro de 1924, marcado pelo ponta-esquerda Cesáreo Onzari, da seleção argentina, no jogo contra o Uruguai, que havia conquistado o torneio de futebol na Olimpíada daquele ano e, por ter sido assinalado num jogo contra os campeões olímpicos, recebeu o nome de gol olímpico.

Goleiro (FUTEBOL): único jogador de um time que pode pegar a bola com as mãos, mas apenas dentro de uma área delimitada; seu uniforme deve ser diferente do de seus companheiros de equipe.

Goleiro (HANDEBOL): único jogador que pode se deslocar para qualquer posição da quadra. O goleiro também é o único que pode parar ou rebater a bola com os pés (mas isso apenas na sua área, fora dela deve jogar como qualquer jogador de linha).

Goleiro (HÓQUEI SOBRE GRAMA): é o jogador que defende o gol, só que usando taco e máscara.

Golfinhada (NATAÇÃO): o nadador faz uma 'onda' com o corpo na água em movimento de pernas juntas parecido com o do estilo borboleta. Serve como impulso e existem situações em que esse movimento não é permitido.

Golfinho (NATAÇÃO): estilo de nado semelhante ao nado borboleta, com o nadador movimentando o corpo inteiro na forma de ondas.

Golpe de fundo (TÊNIS): rebatida de bola executada do fundo da quadra.

Golpe direto (ESGRIMA): ataque simples executado na linha em que a arma se encontra, em linha aberta.

Gramado (FUTEBOL): piso recoberto de grama onde se disputa uma partida de futebol.

Grampo de nariz (NADO SINCRONIZADO): acessório usado para fechar as narinas das atletas em provas de natação, evitando a inalação de água.

Grand Slam (TÊNIS): cada um dos quatro torneios abertos mais importantes de tênis: Austrália (Austrália Open), França (Roland Garros), Inglaterra (Wimbledon) e Estados Unidos (US Open). "Fazer o Grand Slam" quer dizer ganhar os quatro torneios em um só ano. Os únicos que conseguiram tal proeza foram o norte-americano Donald Budge em 1938; o australiano Rodney Laver em 1963 e 1969; a norte-americana Maureen Connolly em 1953; a australiana Margaret Smith Court em 1970; e a alemã Steffi Graf em 1988.

Grande área (FUTEBOL): região do campo demarcada por listras de tintura branca ou cal, entre a parte

central do campo, denominada intermediária, e a linha de fundo, medindo 39,32 m por 16,50 m, onde as infrações cometidas são penalizadas com um tiro livre direto, sem barreira, cobrado a uma distância de 9,15 m.

Grau de dificuldade (GINÁSTICA RÍTMICA): meio de avaliar a dificuldade de movimentos específicos, dividido dentro da pontuação total, após os juízes avaliarem a execução dos movimentos.

Grau de dificuldade (SALTOS ORNAMENTAIS): índice que varia entre 1,3 e 3,6, dependendo da dificuldade do salto.

Grécia (GERAL): mais do que a sede da primeira Olimpíada da era moderna, é o berço dos Jogos Olímpicos da Antiguidade, por isso normalmente sua delegação entra em primeiro lugar nos desfiles de abertura (o restante das delegações o faz pela ordem alfabética).

Green (GOLFE): superfície de grama especialmente tratada e de corte muito baixo, onde se encontra o buraco assinalado com uma bandeira.

Grip (GOLFE): maneira como o golfista coloca as mãos na pega do taco. Corresponde também à pega do taco normalmente em couro ou borracha.

Grip (TÊNIS): maneira de segurar o cabo da raquete. Pode ir do tradicional continental, que facilita o jogo de toques, até o radical western, para golpes com muito topspin. / Fita absorvente que envolve o cabo da raquete para impedir que o suor faça a mão do tenista escorregar.

Grua (NADO SINCRONIZADO): movimento no qual as pernas formam um ângulo reto e a cabeça fica sob a água.

Grupada (GINÁSTICA ARTÍSTICA): movimento em que o atleta flexiona partes do corpo, aproximando-as de um ponto central. As pernas devem estar dobradas e a testa deve tocar o joelho. A mão direita segura a perna direita e a mão esquerda, a perna esquerda.

Grupada (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): o atleta flexiona partes do corpo aproximando-as de um ponto central. Além disso, as pernas devem estar flexionadas, a testa deve tocar o joelho e cada mão deve segurar uma das pernas.

Grupada (SALTOS ORNAMENTAIS): posição na qual o corpo todo fica flexionado, com joelhos e pontas dos pés juntos.

Grupada (NADO SINCRONIZADO): posição na qual as pernas encostam no peito.

Grupos fundamentais de exercícios (GINÁSTICA RÍTMICA): saltos, ou movimento de elevação do centro de gravidade do corpo, e equilíbrios feitos com apoio reduzido.

Guarnição (CANOAGEM, REMO e VELA): tripulação de uma embarcação.

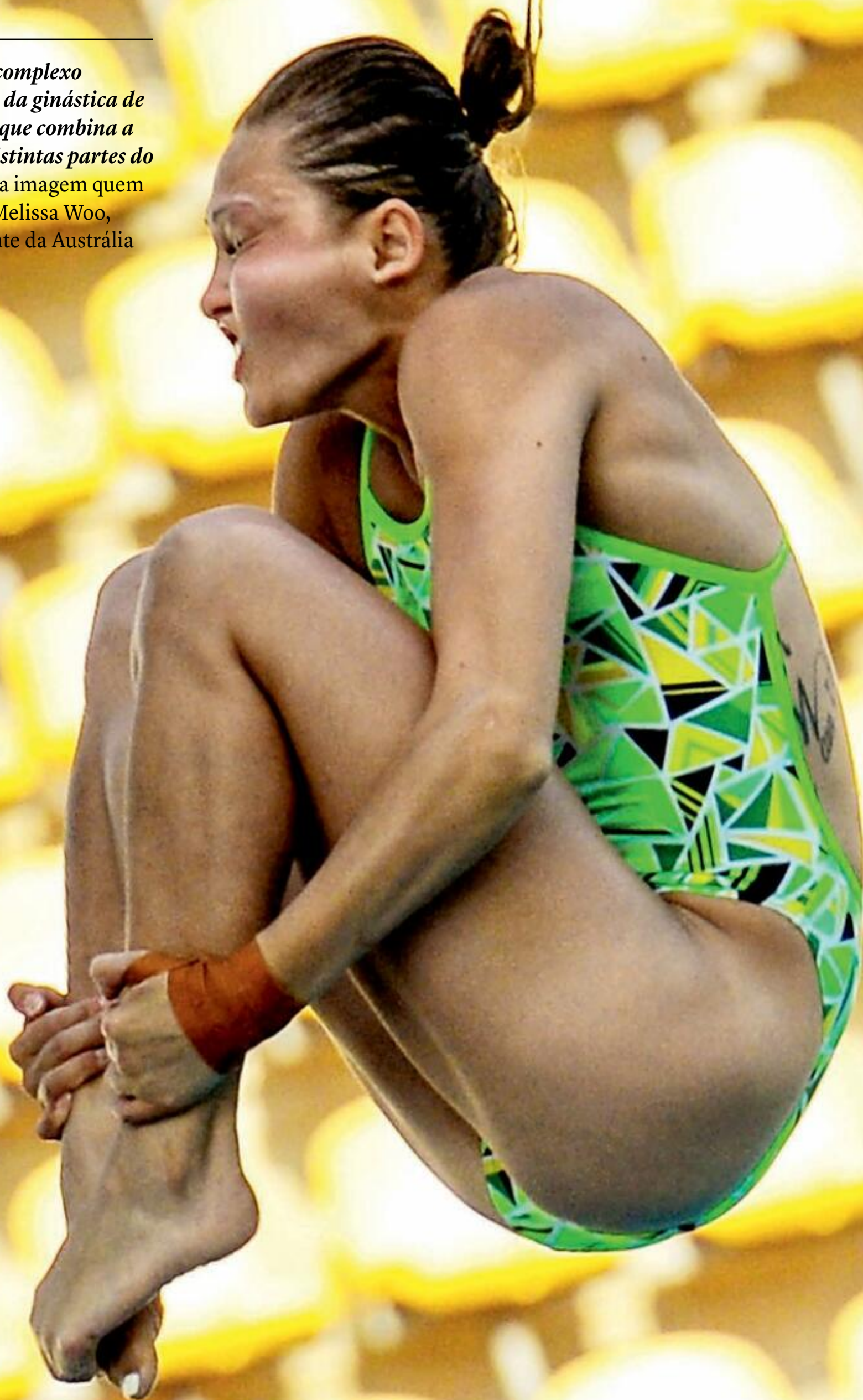
Guidão (CICLISMO e TRIATLO): peça que serve para dirigir a roda da frente das bicicletas.

Guindaste (NADO SINCRONIZADO): posição na qual o corpo fica estendido na vertical com uma perna esticada, formando um ângulo de 90°.

Gut wrench (LUTA): tipo de movimento em que o lutador rola seu adversário pelas costas durante a aplicação de uma ponte (movimento defensivo em que o atleta se inclina com as costas no tapete).

Gongo (BOXE): sinal sonoro que indica o início e o final de cada round.

Grupada, complexo movimento da ginástica de trampolim que combina a flexão de distintas partes do corpo... – Na imagem quem o realiza é Melissa Woo, representante da Austrália





Halterofilismo, também conhecido como levantamento de peso, existe no masculino e no feminino... – Na foto, Anastásia Petrova, da Rússia, campeã na categoria até 58 kg



H – paus (RUGBY): termo usado para o gol do rugby, que possui o formato da letra ‘H’.

Hajimê (JUDÔ): ordem do árbitro para o início do combate.

Halterofilismo (LEVANTAMENTO DE PESO): nome técnico dado ao esporte de levantamento de peso.

Handebol (GERAL): ‘o futebol jogado com as mãos’ estreou nos Jogos de Berlim em 1936, depois foi excluído, retornando ao programa em 1972, outra vez na Alemanha, nos Jogos de Munique.

Handicap (PENTATLO MODERNO): vantagem que o atleta consegue antes da largada da corrida pelo número de pontos que fez nas outras quatro provas anteriores.

Hang time (BASQUETE): em inglês, é o tempo que um jogador consegue ficar no ar, durante um salto para arremesso ou enterrada.

Hang (LEVANTAMENTO DE PESO): suspensão, ou seja, é para o movimento ser iniciado com a barra fora do chão, normalmente à altura do joelho.

Hansoku-make (JUDÔ): penalidade grave dada pelo árbitro que desqualifica um dos judocas, dando ao adversário a vitória automaticamente.

Hantei (JUDÔ): julgamento dos árbitros para alguma ação ao movimento realizado na luta.

Headjudge (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): árbitro principal.

Heptatlo (ATLETISMO): versão feminina do decatlo. São sete provas disputadas em dois dias, com as mesmas regras das provas individuais. Vence a competidora que somar o maior número de pontos nas provas de: 100 m com barreiras, salto em altura, arremesso de peso, 200 m rasos, salto em distância, lançamento de dardo e 800 m.

Hiki-wake (JUDÔ): decisão dos árbitros que determina o empate entre os dois judocas.

Hino olímpico (GERAL): hino executado quando a bandeira da Olimpíada é hasteada, na cerimônia de abertura, com letra de Kostís Palamás e música de Spyridon Samaras, ambos gregos. Foi executado pela primeira vez durante a cerimônia de abertura dos Jogos de 1896.

Hipismo (GERAL): a única modalidade olímpica que inclui animais conta com três provas: saltos, adestramento e concurso completo de equitação (CCE). Fez sua aparição olímpica em Paris 1900, mas é disputado regularmente desde a edição de Estocolmo 1912.

Hipotermia (NATAÇÃO): quando a temperatura central do corpo cai para muito baixa.

Hit (HÓQUEI SOBRE GRAMA): bater na bola.

Hit (TIRO ESPORTIVO): quando o prato é destruído nas provas de skeet ou fossa olímpica.

Hole in one (GOLFE): é acertar a bola no buraco com apenas uma tacada, mais fácil de acertar em buracos de par três. A probabilidade de a jogada acontecer é de aproximadamente 12500 para 1, ou seja, em 12500 tacadas, uma pode ser de ‘hole in one’.

Homem a homem (BASQUETE e FUTEBOL): tipo de marcação, feita individualmente, em que cada defensor tem como incumbência impedir as manobras de um determinado adversário.

Homem do martelo pegou (CICLISMO): quando o ciclista literalmente cansou na estrada.

Hong (TAEKWONDO): lutador que usa o protetor (colete) vermelho.

Hook (GOLFE): golpe em que a bola descreve uma súbita curva da direita para a esquerda.

Hook (HÓQUEI SOBRE GRAMA): parte curva do taco e a denominação do taco longo.

Hooker – talonador (RUGBY): referente ao jogador que veste a camisa 2. Faz parte da chamada primeira linha do scrum.

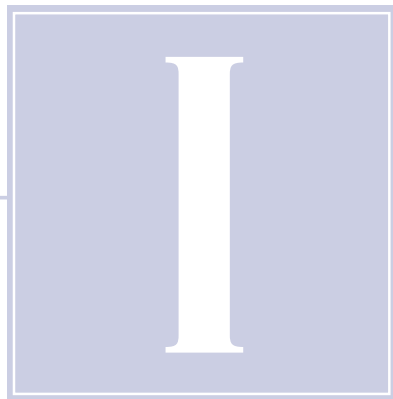
Hóquei sobre grama (GERAL): já teve uma experiência no gelo dentro dos Jogos de Verão, mas fez sua estreia olímpica em Londres em 1908. A Índia é a maior força olímpica, mas não sobe no lugar mais alto do pódio desde Moscou 1980. O torneio feminino estreou em 1980.

Horizontal (NATAÇÃO): paralelo à superfície da água.



Infiltração, manobra de ataque que fura a defesa adversária no handebol... – Na foto, Marit Malm Frafjord, Nº 13 da Noruega, se infiltra na defesa de Montenegro, nos Jogos de 2012



**Ida à proa – feather (REMO):**

momento em que a pá está plana sobre a água. É a posição das pás para iniciar o movimento de afastamento.

Iguais -- deuce (TÊNIS): termo usado quando um game está empatado em 40.

Imobilidade (ESGRIMA): ataque lançado sobre um adversário, a partir de uma atitude imóvel.

Impedimento (ATLETISMO): é uma infração quando um atleta se choca contra ou passa na frente de outro corredor, forçando o adversário a reduzir sua velocidade ou até mesmo a interromper seus movimentos e seu percurso.

Impedimento (FUTEBOL):

o jogador está impedido se, no momento do passe, não houver pelo menos dois adversários entre ele e a linha de fundo (incluindo-se aí o goleiro).

Impressão artística (NADO SINCRONIZADO): efeito ou imagem após uma rotina, que tem três áreas: coreografia, interpretação da música e apresentação.

Impulso da pisada

(ATLETISMO): tempo no qual o pé fica em contato com o solo durante a pisada.

Impulso (NADO SINCRONIZADO):

movimento rápido, para colocar parte do corpo fora da água.

In (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM):

movimento em que o atleta, quando entra no salto, faz uma meia-volta no início.

In quartata (ESGRIMA):

termo em italiano. Esquiva realizada escondendo a linha de quarta e contra-atacando.

In touch (RUGBY): quando a bola está em jogo.

Inclinação para a frente

(ATLETISMO): é o ângulo que o torso do atleta assume durante uma corrida ou caminhada, e que se inicia no quadril.

Indoor (GERAL): quando a partida ou o jogo é disputado em um local fechado e/ou coberto.

Infighting (BOXE): os boxeadores estão lutando a pequena distância ou mesmo se tocando (sem agarramento, que caracterizaria um clinch).

Infiltração (VÔLEI): deslocamento (após o saque) de um jogador de defesa em direção à rede.

Infiltração (BASQUETE):

um jogador atacante corta a defesa adversária driblando a bola pelo garrafão até chegar à cesta. Geralmente termina com uma bandeja, uma enterrada ou uma assistência.

Infiltração (HANDEBOL):

movimento ofensivo no qual o

Iatismo/vela (GERAL): também conhecido como o esporte da vela.

Estreou na Olimpíada de Paris 1900, uma vez que em Atenas 1896, pensada para o alto-mar, devido ao mau tempo, não pôde ser realizada.

Das classes que competem atualmente, a mais antiga é a finn, disputada desde 1924. O Brasil tem grande tradição na modalidade, com 12 medalhas (quatro ouros, duas pratas e seis bronzes).

Ippon (JUDÔ): semelhante ao nocaute no boxe, dá a vitória automaticamente ao judoca. Ele pode ocorrer de três formas: quando se atira o oponente ao chão com força, velocidade e controle, e ele cai de costas; imobilizando o adversário por 25 segundos; ou fazendo-o desistir da luta por uma imobilização, 'chave de braço' ou estrangulamento.

jogador entra pela defesa adversária em uma jogada criada por ele ou por seus companheiros de equipe.

In-goal (RUGBY): área do campo onde são anotados os tries.

Ingressos (GERAL): são os tickets que dão direito a assistir na cidade-sede à disputa in loco dos diversos esportes, além das cerimônias de abertura e de encerramento. Para os Jogos do Rio 2016 serão colocados à venda, aproximadamente 7,5 milhões de ingressos.

Início falso (CICLISMO): uma saída ilegal para uma prova feita por um ou mais corredores, resultando em reinício.

Inspetor de volta (NATAÇÃO): fiscal que checa se os atletas estão fazendo as viradas em conformidade com as regras.

Intensidade (ATLETISMO): grau de esforço exercido sobre um organismo.

Interceptação (HANDEBOL): movimento em que o jogador impede que um passe chegue ao adversário.

Interceptar na descendente (BASQUETE): evitar uma cesta quando a bola está descendo em direção ao aro. Trata-se de um movimento ilegal.

Invasão de quadra (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): ultrapassar a linha central com os pés ou as mãos.

Invasão de área (FUTEBOL): lance invalidado após a cobrança de uma penalidade máxima, por um ou mais jogadores adentrarem irregularmente a grande área antes da autorização do árbitro para a cobrança, pois deveriam se manter posicionados fora da meia-lua, ou seja, a uma distância regulamentar de 9,15 m do ponto da marca penal.

Invasão por baixo (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): o jogador pode pisar na quadra do adversário se parte do seu pé estiver sobre a linha de meio

de campo. Porém, se tocar com qualquer parte do corpo a quadra adversária ou colocar todo o pé do lado contrário, cometerá a violação.

Inversão 5/1 (VÔLEI): é o termo que indica uma dupla substituição. A inversão do 5/1, na maioria esmagadora das vezes, ocorre quando o levantador chega à posição 4, ataque esquerdo, e o oposto à posição 1, defesa direita. Neste caso, o treinador coloca um cortador na posição do levantador e, conseqüentemente, um levantador na posição do oposto, e a rede passa a ter novamente três jogadores atacantes.

Inverter o levantamento (VÔLEI): termo dado quando o levantamento é executado da posição 4, ataque esquerdo, para a posição 2, ataque direito, ou o levantamento da posição 2, ataque direito, para a posição 4, ataque esquerdo. Percebe-se que, nesse caso, o levantador está invertendo o levantamento de um extremo a outro da rede.

Ir à morte (CICLISMO): dar o máximo de empenho.

Ironman (TRIATLO): competição envolvendo 3800 m de natação, 180 km de ciclismo e mais 42 km de corrida (maratona). O tempo limite para completá-lo é de 17 horas.

ITF – Federação Internacional de Tênis: organização que regulamenta mundialmente o esporte.

ITTF – Federação Internacional de Tênis de Mesa: órgão internacional que regulamenta o esporte tênis de mesa.

ITU – União Internacional de Triatlo: organização que regulamenta o triatlo olímpico em todo o mundo.



Jab (BOXE): golpe curto, normalmente usado pelo boxeador para manter o adversário a distância ou preparar outro golpe.

Jab (HÓQUEI SOBRE GRAMA): tocar várias vezes a bola na tentativa de fazer o atacante perder o controle.

Janela do arco (TIRO COM ARCO): parede lateral interna do corpo do arco, acima do punho e onde se coloca o tapete ou a rampa para a flecha e que serve para apontar ao alvo.

Jerk – empurrão (LEVANTAMENTO DE PESO): trata-se da segunda parte do arremesso, na qual o levantador flexiona as pernas e estende bem os braços de maneira a levantar a barra até a extensão dos braços. Coloca os pés em linha, braços e pernas estendidas e peso imóvel.

Jibe (VELA): manobra a favor do vento ou mudança de bordo cruzando a linha do vento com a popa, trocando as velas de lado.

Jogador de linha (FUTEBOL e HANDEBOL): qualquer jogador do time, exceto o goleiro.

Jogo aéreo (FUTEBOL): estratégia de jogo em que predominam as bolas altas cruzadas na área do time adversário.

Jogo perfeito (TÊNIS): o tenista vence sem ceder nenhum ponto ao adversário.

Jogo perigo (FUTEBOL): toda ação de um jogador que, ao

tentar jogar a bola, põe em risco a integridade física de qualquer jogador (incluindo ele próprio).

Jogo perigo (HÓQUEI SOBRE GRAMA): ocorre quando o jogador ergue o bastão acima do ombro.

Joon-bi (TAEKWONDO): o árbitro alerta os lutadores para que se preparem para a luta.

Jorgete (HIPISMO): o cavaleiro se atrasa na partida para o salto e acaba levando uma ‘carona’ do cavalo.

Jornada nas estrelas (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): tipo de saque, eternizado pelo brasileiro Bernard, no qual o jogador manda a bola para as alturas. Também chamado de saque lateral por baixo.

Judges (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): juízes ou árbitros responsáveis em julgar os ginastas com notas das séries livre e obrigatória.

Judô (GERAL): criado pelo professor japonês Jigoro Kano, dois oponentes lutam aplicando golpes para derrubar o adversário com as costas no chão, imobilizá-lo ou forçá-lo a desistir. Debutou na Olimpíada de 1964, quando os Jogos foram realizados no Japão, principal potência na especialidade.

Judoca (JUDÔ): praticante do Judô.

Judogi (JUDÔ): como não havia uma vestimenta específica para a prática do judô, em 1906, o professor Jigoro Kano criou um modelo que atendesse as especificações do esporte, daí nasceu o judogi, vestimenta simples e resistente.

Juiz (GERAL): em todos os esportes

Jogos Olímpicos de Inverno (GERAL):

disputados a partir de 1924, em Chamonix (FRA), englobam atualmente 15 esportes que são praticados na neve e no gelo, quer em recintos fechados ou ao ar livre. Até 1992, acontecia no mesmo ano dos Jogos de Verão. Em 1994, o COI antecipou a Olimpíada de Inverno e, agora, os Jogos de Verão e de Inverno acontecem em anos distintos.

Judô: luta entre dois oponentes onde um tenta colocar o outro de costas no chão

– Na foto, Marcus Nyman (de branco), da Suécia, e Krisztian Toth, da Hungria



DEAN MOUHTAROPOULOS / GETTY IMAGES

é o responsável pelo cumprimento das regras estabelecidas.

Juiz (LUTA): encarregado de dar pontos às ações dos lutadores junto com o árbitro (que levanta as plaquetas).

Juiz de chegada (NATAÇÃO): posicionados em lugares elevados com uma visão clara do percurso e da linha de chegada, fiscalizam a chegada da prova.

Juiz de nado (NATAÇÃO): cada juiz de nado deve assegurar que as regras relativas ao estilo designado para as provas estão sendo observadas.

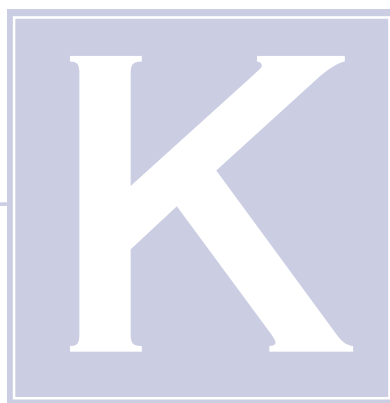
Juiz de partida (NATAÇÃO): controla o rito de partida das provas, com poderes para decidir se a partida está correta, sujeito somente à decisão do árbitro.

Julgamento (ESGRIMA): decisão do presidente de júri sobre a prioridade, a validade ou anulação do toque.

Jump shot (BASQUETE): em posição de equilíbrio, o jogador flexiona as pernas, dá um pulo e arremessa no ar.

Jump-off (ATLETISMO): salto desempate utilizado para determinar o primeiro colocado nos saltos em altura e com vara em caso de empate tanto na melhor marca quanto no countback.

Juramento olímpico (GERAL): criado pelo barão de Coubertin e pronunciado pela primeira vez na cerimônia de abertura nos Jogos de Antuérpia 1920 pelo esgrimista belga Victor Boin, o texto diz: “Em nome de todos os competidores, prometo participar destes Jogos Olímpicos, respeitando e cumprindo com as normas que o regem, me comprometendo com um esporte sem doping e sem drogas, no verdadeiro espírito esportivo, pela glória do esporte em honra às nossas equipes”. Atualmente, também são pronunciados os juramentos dos árbitros e dos treinadores.



K (CANOAGEM): letra usada para as provas de caiaque, podem ser: K-1, K-2 ou K-4, para um, dois ou quatro competidores.

Kalhô (TAEKWONDO): comando para separar os lutadores.

Kata-gatame (JUDÔ): técnica de imobilização (osaewaza) no ombro; e também uma técnica de estrangulamento (shime-waza).

Katame-Waza (JUDÔ): técnicas de combate no chão divididas em três subgrupos: osaekomi-waza, técnicas de imobilização; shime-waza, técnicas de estrangulamento; e kansetsu-waza, técnicas de chaves de braço.

Kato-chop (TÊNIS DE MESA): golpe defensivo à base de efeito para baixo executado com o jogador mais afastado ou mais próximo da mesa de jogo.

Keikoku (JUDÔ): falta grave, que dá ao oponente um waza-ari.

Keirin (CICLISMO): uma bicicleta elétrica guia vai à frente do pelotão e não pode ser ultrapassada. Com a saída da bicicleta-guia faltando entre

Kyong-go, no taekwondo... – Pen-Ek Karaket, da Tailândia, e Oscar Muñoz Oviedo, da Colômbia, escutam do juiz que houve uma violação de regra...



600 e 700 metros, os ciclistas pedalam a toda velocidade e vence quem cruzar a linha de chegada na frente.

Keshi (TAEKWONDO): o árbitro interrompe a luta por um minuto para atendimento médico.

Keu-man (TAEKWONDO): o árbitro encerra o combate.

Kevlar (TIRO COM ARCO): fibra sintética usada nas cordas dos arcos de precisão.

Kian lhe (TAEKWONDO): saudação com os competidores em posição formal de sentido.



Kickoff – pontapé inicial (RUGBY): chute executado a partir do meio-campo para o campo do adversário, marcando o início ou o reinício de uma partida. É efetuado com um chute de ‘bate-pronto’ e a bola deve percorrer no mínimo 10 m. Após sofrer pontos, a equipe fará um chute de kickoff para o adversário. No rugby seven (olímpico) ocorre o contrário: a equipe que anotou pontos dará o kickoff.

Kippe (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o ginasta balança com o corpo estendido. Em seguida, faz com que seu corpo fique em posição carpada, encostando a perna na barra, e com os braços se ergue, puxando o corpo para cima, de modo que a cintura fique junto à barra.

Knee man (BOXE): na época do boxe sem luvas, o segundo (auxiliar do pugilista) nos intervalos do combate, tinha seu joelho usado como cadeira de descanso por seu boxeador.

Knockdown (BOXE): queda de um dos lutadores em consequência de um golpe.

Knock-on (RUGBY): infração cometida por um atleta, permitindo que a bola seja projetada para a frente.

KO – nocaute (BOXE): duas palavras inglesas: knock (derrubar) e out (fora). Frequentemente é usada sua abreviação: KO.

Koka (JUDÔ): menor unidade de pontos no judô, é obtida quando se derruba o adversário atingindo

apenas um dos quatro critérios necessários para o ippon ou imobilizando um oponente por um período entre dez e 15 segundos.

Koman (TAEKWONDO): comando de encerramento do combate.

Korbut flic (GINÁSTICA ARTÍSTICA): flic para trás, colocando somente as mãos na trave, de modo que os pés formem uma posição carpada ou estendida.

Koshi-Waza (JUDÔ): técnica de contragolpe na qual um judoca puxa seu adversário tentando desequilibrá-lo.

Kovacs (GINÁSTICA ARTÍSTICA): movimento na barra e nas barras assimétricas em que a ginasta, depois de oscilar o corpo em torno da barra, solta as mãos dela, realiza um mortal para trás no ar e, em seguida, segura novamente a barra.

Kyeong-rye (TAEKWONDO): os lutadores devem se cumprimentar.

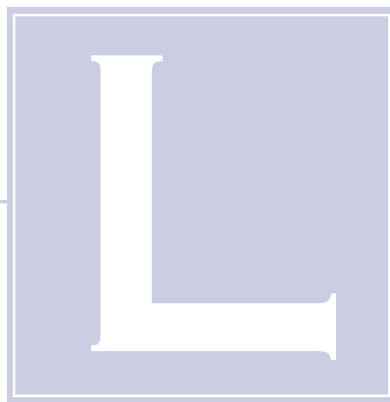
Kyesok (TAEKWONDO): a luta deve prosseguir.

Kyong-go (TAEKWONDO): faltas são punidas com advertência.

Kyong-go (TAEKWONDO): aviso que houve uma violação da regra.

Kyu (JUDÔ): graduação abaixo do dan, em ordem decrescente, em faixas nas cores: branca (6º), amarela (4º), verde (3º), roxa ou azul (2º) e marrom (1º).

Kihap (TAEKWONDO): é o grito que acompanha o golpe, liberando a energia necessária no ataque e aumentando a potência do golpe.



Lado aberto (ESGRIMA): na posição de esgrima, o lado do corpo contrário ao da mão armada.

Lâmina (ESGRIMA e PENTATLO MODERNO): chapa fina de metal ou de outro material.

Lançamento com rotação do arco (GINÁSTICA RÍTMICA): lançamento em volta do eixo horizontal.

Lançamento de dardo (ATLETISMO): prova em que o atleta lança um dardo tentando alcançar a maior distância possível. O dardo tem forma de lança, e pode ser feito de fibra de vidro, de metal ou fibra de carbono. Comprimento de 2,7 m e peso de 800 g para os homens e comprimento de 2,3 m e peso de 600 g para as mulheres.

Lançamento de disco (ATLETISMO): competição cujo objetivo é o de lançar o disco o mais

distante possível. Medidas dos discos são: peso de 2 kg, entre 219 e 221 mm de diâmetro e de 44 a 46 mm de espessura no masculino e peso de 1 kg, entre 180 a 182 mm de diâmetro, e de 37 a 39 mm de espessura no feminino.

Lançamento do martelo (ATLETISMO): prova em que o atleta lança um martelo (formado por uma bola de metal presa por um cabo de arame com uma alça) tentando alcançar a maior distância possível. O martelo pesa 7,26 kg na prova dos homens e 4 kg nas provas femininas.

Lançamento sobre o eixo (GINÁSTICA RÍTMICA): movimento de lançamento em que o atleta faz o arco girar ao redor de seu eixo horizontal.

Lançamento/jogada aparatos (GINÁSTICA RÍTMICA): o atleta lança o aparato ao ar e, após um momento, sem contato manual, pega o aparato.

Lance livre (BASQUETE): arremesso feito por um jogador que recebeu uma falta; se o jogador acertar o 'chute', sua equipe ganha um ponto.

Largada (TIRO COM ARCO): ação de soltar a corda após armar o arco. É fundamental para o êxito do tiro.

Largada (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): outro jeito de dizer deixadinha (leve toque ofensivo na bola para tentar colocá-la na quadra adversária valendo-se de uma brecha na defesa).

Largada equilibrada (ATLETISMO): largada usada em corridas de revezamento de 200 m, 400 m, 800 m, 4x100 m e 4x400 m, na qual os corredores se posicionam em pontos diferentes na curva da pista.

Largada falsa, atletismo... – Usain Bolt queima a largada (*é o quarto à esquerda*) e, portanto, é desqualificado na final dos 100 m no Mundial de Atletismo 2011 em Daegu, Coreia do Sul. Ele largou 'antes do tempo'.



Lema olímpico (GERAL): com três palavras: ‘Citius, altius, fortius’, que em latim significam ‘Mais rápido, mais alto, mais forte’. O lema vem de uma frase que o barão de Coubertin, idealizador dos Jogos, escutou de um pedagogo francês e o inspirou para institucionalizá-la como lema a ser seguido por todos os participantes dos Jogos.

Largada falsa (ATLETISMO): início ilegal de uma corrida, quando um dos competidores parte antes do sinal.

Largada falsa (NATAÇÃO): quando um ou mais nadadores queimam a largada.

Largar ferro (VELA): soltar a âncora (ferro) e deixá-la, presa pelo arinque (cabo que prende a boia à âncora), cair ao fundo.

Laser (VELA): um barco de classe olímpica, a mais popular do mundo, tripulado por um velejador. Casco com 4,23 m de comprimento total, 3,81 m de comprimento na linha de água e pesa 56,7 kg.

Lateral ou ala (FUTEBOL): jogador que defende e ataca perto da linha lateral do campo.

Lausanne (GERAL): cidade da Suíça

francófona onde fica a sede do COI (Comitê Olímpico Internacional) e que também hospeda as principais federações esportivas internacionais.

Lei da vantagem (FUTEBOL): um jogador em posse da bola sofre uma falta, mas o árbitro não marca a infração pois um companheiro do atleta combatido fica com a bola na sequência.

Leme (CANOAGEM, REMO e VELA): dispositivo de controle de direção de uma embarcação.

Let (BADMINTON): é a volta da jogada sem marcação de ponto ou perda de serviço

Let (TÊNIS): lance no qual, durante a execução do saque, a bola toca a fita da rede e cai dentro da área de saque, resultando em um novo primeiro ou segundo serviço.

Levantador (VÔLEI): jogador cerebral que levanta a bola para o atacante mais bem posicionado; observa os bloqueadores ineficientes e os espaços vazios que possam ser utilizados pelos atacantes ou por ele mesmo.



Levantamento (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): passe feito com toque – geralmente pelo levantador – para um atacante cortar a bola na quadra do adversário.

Líbero (VÔLEI): exímio defensor e passador, usa uniforme diferente dos outros jogadores, atua no fundo da quadra e não pode atacar, sacar e bloquear.

Lie (GOLFE): corresponde à posição da bola no campo. Quando se fala de equipamento, o significado passa então a ser o ângulo que a cabeça do taco forma com a respectiva haste.

Limpar (HÓQUEI SOBRE GRAMA): tirar a bola da área depois de uma jogada ofensiva do adversário.

Lineout (RUGBY): reposição feita quando a bola sai pela lateral em que jogadores de cada equipe formam duas fileiras perpendiculares à linha lateral.

Linha (ESGRIMA): porções do alvo consideradas em relação à lâmina do esgrimista.

Linha (HIPISMO): formada por dois obstáculos dispostos com três ou mais lances de galope entre eles.

Linha de 10 metros (RUGBY): parte do campo à frente da linha do meio-campo; determina a distância mínima que a bola deve percorrer após um kickoff (pontapé inicial).

Linha de 22 metros (RUGBY): última linha do campo que vai de uma lateral à outra antes do in-goal.

Linha de 23 metros (HÓQUEI SOBRE GRAMA): demarca a região ofensiva do campo, onde é marcado o corner curto (exceto se a infração for cometida na área de chute).

Linha de 4 metros (HANDEBOL): demarca a área onde o goleiro pode ficar durante a execução de um tiro de 7 metros.

Linha de 6 metros (HANDEBOL): demarca a área onde o goleiro atua.

Linha de 7 metros (HANDEBOL): local onde o jogador deve executar o tiro de 7 metros.

Linha de água (VELA): linha que separa a parte imersa do casco de um navio (obras vivas) da sua parte emersa (obras mortas).

Linha de ataque (VÔLEI): a 3 metros da rede, delimita a área de onde os jogadores de defesa podem atacar.

Linha de base (TÊNIS): linha que determina a área limite de jogo no fundo da quadra.

Linha de engajamento (ESGRIMA): parte do alvo na qual a arma está engajada.

Linha de espera (TIRO COM ARCO): marca que fica 5 metros atrás da linha de tiro, onde o arqueiro aguarda sua vez de atirar.

Linha de fundo (HANDEBOL): marca o fim da quadra, não inclui a linha do gol; também conhecida como linha externa do gol.

Linha de gol (GERAL): define o local onde serão validados os gols.

Linha de jogo – line of play (GOLFE): é a direção que um jogador quer que a sua bola siga após uma tacada, incluindo uma distância razoável de cada lado da linha desejada. A linha de jogo situa-se em um plano vertical acima do terreno, mas não se prolonga para além do buraco.

Linha de lance livre (BASQUETE): marca o lugar no qual os atletas devem arremessar a bola quando sofrem faltas passíveis de lance livre.

Linha de perseguição (CICLISMO): linha vermelha pintada no centro das retas da pista, que indica o local de largada e chegada das provas de perseguição.

Linha de putt – line of putt (GOLFE): linha de putt é a linha que um jogador quer que sua bola, quando no green, siga após dar uma tacada.

Levantamento de peso (GERAL):

esporte de força no qual os levantadores devem sustentar com as duas mãos uma barra de ferro com a maior carga de peso possível do chão até a cabeça. Sagra-se vencedor o competidor que levantar o maior peso possível no somatório do arranque e do arremesso. É disputado desde a primeira edição dos Jogos, em 1896. Muito popular nos países do Cáucaso.

Luta olímpica (GERAL): atualmente competida em dois estilos: livre e greco-romana, a luta é o confronto corpo a corpo entre dois oponentes, que utilizam a força e a destreza na aplicação de golpes conforme as regras. A vitória pode ser obtida por toque, abandono, pontos ou desclassificação. A luta estreou nos primeiros Jogos Olímpicos da era moderna, em Atenas 1896.

Excetuando as disposições da Regra 16-1e, a linha de putt inclui uma distância razoável de cada lado da linha desejada. A linha de putt não se prolonga para além do buraco.

Linha de tiro (TIRO COM ARCO): situada entre os pés do arqueiro quando está em competição.

Linha de transição (TRIATLO): intervalo de tempo de cada atleta para a conclusão de sua transição; é contabilizado no tempo total.

Linha de vida (VELA): cabo que se fixa ao arnez (cinto de segurança) e a um ponto da embarcação para se trabalhar em segurança.

Linha do meio-campo (POLO AQUÁTICO): área demarcada por bandeiras brancas que serve para indicar a metade do campo.

Linha do vento (VELA): sinônimo de direção do vento, de onde sopra o vento.

Linha dos 2 m (POLO AQUÁTICO): delimitada por boias vermelhas a 2 m

do gol, é a área onde os jogadores não podem receber passes estando dentro dela. O atacante fica impedido de entrar na zona de 2 metros com a bola atrás dele.

Linha dos 5 m (POLO AQUÁTICO): com boias amarelas posicionadas a 5 m do gol, delimita a área de atuação do goleiro e de onde o atacante executa a cobrança de pênaltis.

Linha dos três pontos (BASQUETE): um arco na quadra feito a 6,25 m da cesta. Os arremessos feitos detrás dessa linha valem três pontos.

Linhas altas (ESGRIMA): partes do corpo acima da mão armada, quando se está na posição de guarda.

Linhas baixas (ESGRIMA): partes do corpo abaixo da mão armada, quando se está na posição de guarda.

Linhas externas (ESGRIMA): partes do corpo correspondentes ao lado das costas da mão armada, na posição de guarda.

Linhas internas (ESGRIMA): partes

do corpo do lado da palma da mão armada, na posição de guarda.

Livre (NATAÇÃO): o nadador pode escolher qualquer estilo de nado.

Lob (BADMINTON): golpe executado 'de baixo para cima', quando a peteca cai próximo à fita da rede. Esse golpe deve ser alto e no fundo da quadra adversária, para possibilitar a recuperação do atleta.

Lob (GOLFE): tacada curta e alta em que a bola aterrissa suavemente e rola pouco.

Lob (TÊNIS DE MESA): bola que encobre a mão do adversário quando este vem para a rede tentando bloquear o ataque rival.

Lob (TÊNIS): bola por cobertura, que passa por cima do tenista que está à rede.

Long corner (HÓQUEI SOBRE GRAMA): nome dado à cobrança de escanteio normal.

Lost (TIRO ESPORTIVO): quando o prato passa ileso nas provas de fossa olímpica.

Lucky loser (TÊNIS): o jogador sorteado dentre os mais bem classificados a perder na rodada final da fase de qualificação, mas que ainda assim é aceito na chave principal do torneio devido a um jogador principal retirar-se do torneio. Nos torneios da WTA, não há sorteio, pois a vaga fica diretamente com a mais bem colocada do ranking que perdeu na última rodada.

Luvras (CICLISMO): equipamento que recobre a palma das mãos e por vezes os dedos por completo, tendo a finalidade de minimizar a pressão palmar, evitando dormência e formigamento, além de impedir escorregões das mãos, prevenindo acidentes.





Disco, Lançamento
de... – Na imagem, Trey
Hardee, dos Estados
Unidos, repetindo uma das
modalidades mais antigas
dos Jogos Olímpicos

M

Maça (GINÁSTICA RÍTMICA): aparelho feito de madeira ou de material sintético e que tem a aparência de uma garrafa, mede de 40 a 50 cm e pesa 150 g.

Macaquinho (LEVANTAMENTO DE PESO): roupa do halterofilista em peça inteira de tecido elástico sem nenhum adesivo, acolchoamento ou divisão em quadros que não sejam necessários na manufatura. Deve ter pernas com comprimento mínimo de 3 cm e máximo de 15 cm.

Macon (REMO): tipo de remo que possui o formato de pá tradicional.

Madeirada (TÊNIS): indica uma rebatida em que a bola toca, desvia ou é impulsionada involuntariamente pelo aro da raquete.

Madeiras (GOLFE): tacos com fim arredondado, que dão mais distância à bola, mas menos precisão que os ferros.

Magrela (CICLISMO e PENTATLO MODERNO): apelido da bicicleta.

Maki (TAEKWONDO): defesa.

Manchete (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): movimento defensivo no qual os dois braços ficam juntos na tentativa de evitar que um ataque do adversário se transforme em ponto.

Manchete invertida ou machadinha (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): utilizado nas ações defensivas. Trata-se de uma defesa com as mãos unidas e sobrepostas acima da cabeça. Ou seja, na manchete, a bola é tocada no antebraço na altura dos quadris, na manchete invertida, a bola é batida acima da cabeça utilizando-se a parte posterior das mãos.

Man-down (POLO AQUÁTICO): a equipe fica por 20 segundos com um defensor a mais após algum atacante adversário ter sido excluído.

Manège (HIPISMO): picadeiro utilizado para dar aulas de equitação e treinar cavalos.

Mangueta alta (ESGRIMA): alvo situado em cima do antebraço armado.

Mangueta baixa (ESGRIMA): alvo situado embaixo do antebraço armado.

Mangueta externa (ESGRIMA): alvo situado sobre a direita do antebraço armado.

Mangueta interna (ESGRIMA): alvo situado sobre a esquerda do antebraço armado.

Man-up (POLO AQUÁTICO): a equipe fica por 20 segundos com um atacante a mais após algum defensor



Manchete, vôlei e vôlei de praia... – Anastásia Barsuk, da Rússia, ensaia com sucesso uma 'magrela' no ataque de Ilka Semmler, da Alemanha

Maratona (ATLETISMO): baseado na lenda grega do soldado ateniense Fidípides, que morreu de exaustão após correr cerca de 40 km de Maratona até Atenas para anunciar a vitória do exército ateniense sobre os persas, o filósofo francês Michel Breal propôs a maratona, reproduzindo o mesmo caminho. A primeira maratona da história foi realizada nos Jogos Olímpicos de Atenas em 1896. Desde 1908, seu trajeto oficial é de 42.195 km em ruas e/ou estradas.

adversário ter sido excluído.

Mão (ESGRIMA): posição da mão na ofensiva. Outrora, a ofensiva era definida em função da posição final da mão: dobrar embaixo – mão de segunda; desengaje, mão de sexta; etc.

Mão de fora (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): uma das mãos dos bloqueadores, a que fica perto da antena.

Maratona aquática (NATAÇÃO): prova inspirada no desafio de nadar grandes distâncias, principalmente na travessia do Canal da Mancha, disputada em águas abertas, foi incorporada ao programa olímpico em 2008, com disputa de 10 km.

Marca (VELA): boia.

Marca de largada (ATLETISMO): ponto de partida onde o atleta retira um dos pés do solo, iniciando a corrida.

Marcação homem a homem (BASQUETE): tática de defesa

na qual cada jogador marca individualmente um adversário.

Marcação por zona (BASQUETE): tática na qual cada jogador é designado a defender um pedaço da quadra.

Marcações de raia (NATAÇÃO): linhas de orientação posicionadas no fundo da piscina e no centro das raia, da extremidade inicial à extremidade final ou de virada da piscina.

Marcador – marker (GOLFE): encarregado de registrar o escore de um competidor em jogos por tacadas, pode ser um competidor, mas não é um árbitro.

Marcha (ESGRIMA): é uma progressão do pé da frente seguida de uma progressão do pé de trás.

Marcha atlética (ATLETISMO): prova com progressão por passos, onde o marchador deve ter sempre um pé em contato com o chão. A perna que avança deve estar estendida, sem flexão do joelho, do

momento em que o pé toca o chão até que o outro pé passe à frente dele.

Mark – marca (RUGBY): quando a equipe adversária chuta a bola e o jogador da outra equipe a recebe dentro da sua área de 22 metros, sem deixá-la tocar o chão, ele pode pedir mark ou marca. Ao pedir a marca, o atleta deve cobrar um free-kick, e não poderá ser tocado.

Martelo (ATLETISMO): esfera de metal pesando 7,26 kg de peso no masculino e 4 kg no feminino que é presa a um cabo de aço com uma manopla, a qual é segurada pelo atleta para o lançamento.

Martelo (GINÁSTICA RÍTMICA): ato de segurar ligeiramente a maça.

Mascote (GERAL): a escolha de uma mascote para uma Olimpíada nasceu em Munique em 1972, com o cachorro Waldi. A mascote mais famosa de todas foi o urso Misha, em Moscou 1980. Eles significam para os organizadores um forte ingresso de merchandising.

Massa (LEVANTAMENTO DE PESO): designa a quantidade de matéria, segundo o Sistema Internacional de unidades (SI). A medida da massa é o quilograma (kg). Exemplo: Leonid Taranenko em 1988 levantando bastante quantidade de massa: 210 kg de arranco e 266 kg de arremesso.

Massa (TIRO ESPORTIVO): a parte mais próxima da ‘boca do cano’ de mira.

Mastreação (VELA): conjunto de mastros, retrancas, estais, brandais e demais peças que suportam as velas.

Mastro (VELA): perfil vertical que suporta as velas e a retranca. / Peça de madeira ou metal que se arvora em um barco com a finalidade de sustentar as velas.

Medalha (GERAL): peça cunhada em ouro, prata ou bronze dada aos três primeiros colocados em cada uma das provas olímpicas, seja em disputas individuais ou por equipes. Por exemplo, nos Jogos de Atenas 2004 houve 301 cerimônias de premiação entregando-se 928 medalhas. Elas foram criadas por Elena Votsi.

Mata-burro (TÊNIS): termo popular para designar a região da quadra entre a linha de fundo e a linha de saque, local onde o jogador ficará mais vulnerável para responder ao golpe do adversário.

Match (ESGRIMA): combate entre dois esgrimistas valendo ponto.

Match-point (TÊNIS, TÊNIS DE MESA, VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): ponto que encerra a partida; ou ponto que finaliza um jogo.

Matte (JUDÔ): comando do árbitro de interrupção do combate.

Maul (RUGBY): formação que segue um lance de contato. Um maul é caracterizado quando três ou mais jogadores estão em contato simultâneo e, em pé, disputando a posse da bola, que não está no chão.

Mecânica (ATLETISMO): maneira pela qual o atleta põe um pé em frente ao outro, atingindo o solo em uma ação que tende a empurrar a superfície para trás e impulsionar o corpo para a frente.

Mecanismo (ESGRIMA): conjunto de gestos adquiridos pela repetição do curso do ensinamento ou da prática.

Medalha (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): bolada recebida no peito ou no rosto após um ataque.

Medida (ESGRIMA): distância entre dois adversários quando estão em combate.

Medley individual (NATAÇÃO): prova onde o atleta deve nadar a distância prescrita e respeitar os estilos na seguinte ordem: borboleta, costas, peito, nado livre.

Meia (FUTEBOL): jogador de meio-campo que normalmente arma as jogadas de ataque do time e auxilia na marcação.

Meio de rede (VÔLEI): jogador que ataca na posição 3. Normalmente os mais altos, com o bloqueio como função mais forte.

Meio fundo (VÔLEI): cortada executada por um dos atacantes posicionado na defesa que ataca na posição 6 (defesa centro) com projeção à zona de ataque pelo meio da quadra.

Melada ou mel (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): bola levantada em perfeita condição de ser finalizada pelo cortador.

Mergulho (NATAÇÃO): ação de entrar na água em largada das provas estilo livre, borboleta e peito.

Mestra ou vela grande (VELA): vela principal montada no mastro maior.

Meta volante (CICLISMO): chegada intermediária da prova de estrada. Quem cruzar primeiro ganha prêmios ou bonificações em tempo. No Tour de France, o líder veste a camisa verde.

Metabolismo (GERAL): conjunto de reações químicas realizado nos processos de nutrição, ou seja, a quebra de nutrientes para que sejam absorvidos pelo organismo e produzam energia.

Mexer a bola (VÔLEI): variação dos levantamentos, com o levantador aumentando a variação das jogadas ensaiadas de ataque.

Midi (HÓQUEI SOBRE GRAMA): o taco médio.

Milha náutica (VELA): medida de distância com 1.852 metros.

Miller (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): duplo mortal com três piruetas.

Modalidade (GERAL): diversificação dos esportes, ou seja, dentro do esporte existem as modalidades aquáticas, terrestres, aéreas, adaptadas e radicais. Dentro dessas subdivisões estão os esportes com seus nomes específicos.

Moinho (GINÁSTICA RÍTMICA): pequenos moinhos de vento circulares feitos através das maçãs com os pulsos firmes e juntos. Pode ser feito na vertical, horizontal ou acima da cabeça.

Moinho com os braços (GINÁSTICA RÍTMICA): grandes círculos feitos com os braços separados em 180°.

Moitões (VELA): conjunto de roldanas que servem para guiar cabos numa direção desejada ou para compor conjuntos para a redução de esforço.

Montanha abaixo – downhill – (CICLISMO): evento ciclístico não olímpico que consiste numa descida de montanha, um atleta de cada vez. O vencedor é o corredor com o menor tempo.

Mortal (GERAL): movimento de rotação em torno do próprio corpo para a frente ou para trás.

Mosca (TIRO COM ARCO): ponto central do alvo identificado com um sinal de +.

Movimentos em S (GINÁSTICA RÍTMICA): pequenos padrões na fita, lado a lado (horizontal) ou acima e abaixo (vertical), desempenhados pelos pulsos.

Movimentos locomotores (GINÁSTICA RÍTMICA): passos que percorrem transversalmente o tablado. Exemplo: andar, correr, pular e chassé.

MTB (CICLISMO): abreviação de mountain bike.

Mudança de lado (TÊNIS): após ter jogado um número total ímpar de games, os jogadores dispõem de 90 segundos para mudar de lado e prosseguir a partida.

Mulligan (GOLFE): segunda tentativa, quando se falha a primeira tacada do tee de saída e os companheiros de jogo deixam jogar outra bola.

Munição (PENTATLO MODERNO e TIRO ESPORTIVO): projétil a ser disparado por uma arma de fogo, incluindo o cartucho, que é um tubo oco, geralmente de metal.

Muro (HIPISMO e PENTATLO MODERNO): obstáculo semelhante a um muro, geralmente de madeira.

Muscle-Up (GINÁSTICA ARTÍSTICA): subida na argola.

CLIVE MASON / GETTY IMAGES



Muro, hipismo e também no pentatlo moderno... – Na imagem o salta o cavaleiro Phillip Dutton, da Austrália, em Atenas 2004



Nado (NATAÇÃO): considerando o posicionamento do tórax e o movimento de pernas e braços do nadador, oficialmente existem quatro tipos de nado: livre, costas, peito e borboleta.

Nage-waza (JUDÔ): movimentos em que o atleta usa técnicas de arremesso divididas em quatro subgrupos: koshi-waza, técnicas de quadril; te-waza, técnicas de braço; ashi-waza, técnicas de perna; e sutemi-waza, técnicas de sacrifício.

Não terminou – NT (ATLETISMO): o atleta inicia uma corrida, mas a abandona antes de cruzar a linha de chegada.

Natação (GERAL): são 16 provas diferentes, tanto para os homens como para as mulheres, individuais e de revezamento. Essas 16 provas se subdividem em quatro estilos: livre, peito, costas e borboleta.

Negativa (VÔLEI): levantamento rápido executado no meio da rede com trajetória distante do levantador. Enquanto a bola da ‘negativa’ é

levantada com distância do levantador, a trajetória de levantamento da ‘positiva’ é em cima desse jogador.

Net (TÊNIS): quando o saque resvala na fita. Caso a bola toque a fita e caia no quadrado correto de saque, haverá um ‘let’, ou seja, o saque será repetido.

Net-shots (BADMINTON): são leves toques na peteca, quando próxima à rede, dificultando a resposta do adversário. Jogada que exige muita técnica e muito treino.

Nett (GOLFE): resultado referente ao número de pancadas no final do jogo depois de deduzido o handicap de cada golfista.

Ne-waza (JUDÔ): técnica de solo.

Nil (GERAL): score zero.

Nível (NADO SINCRONIZADO):

indica a posição do corpo em relação à superfície da água.

No bird (TIRO ESPORTIVO): prato ilegal, que quebra antes de ser lançado ou é lançado antes de o competidor solicitar.

Nó (VELA): medida de velocidade da embarcação equivalente a uma milha náutica por hora ou 1,852 quilômetros por hora. / Técnica de atacamento de cabos.

No-ad (TÊNIS): ‘sem vantagem’. Utilizado nas partidas de duplas, em que se inclui a necessidade de dois pontos de diferença para vencer o game. Quando chega ao 40-40, o recebedor escolhe o lado que quer devolver. O ponto a ser jogado define o vencedor do game.

NOC (GERAL): sigla usada para designar os Comitês Olímpicos Nacionais; National Olympic Committees, em inglês. Atualmente são 206 os NOCs filiados ao COI. O COB é um NOC. Eles têm uma entidade que congrega a todos os Comitês Olímpicos Nacionais, a Anoca.

Nocaute técnico – technical knockout – TKO (BOXE): quando o árbitro decide que não é seguro para um dos boxeadores que a luta prossiga e, mesmo que o atleta em desvantagem afirme que consegue continuar, o juiz suspende o combate para proteger sua integridade física. Essa também pode ser uma decisão tomada pela autoridade médica, do treinador ou do próprio lutador.

Nock (TIRO COM ARCO): a extremidade de uma flecha que se encaixa na corda.

Nado sincronizado (GERAL): só o praticam olímpicamente as mulheres. É dividido em competição individual, de dueto e por equipe. O nado sincronizado fez sua estreia olímpica em 1984 e, pelo arbitrário sistema de pontuação, é um dos mais injustos na hora das definições.

Nocaute – knockout (BOXE): encerra a luta. O árbitro determina o knockout quando um dos boxeadores encontra-se sem condições de prosseguir no combate, ou a contagem atinge dez segundos sem que o lutador se levante.

Nose clip (NADO SINCRONIZADO): prendedor nasal que evita entrada de água. Pode ser feito de material plástico ou de arame.

Nota final (GINÁSTICA ARTÍSTICA):

é o somatório do grau de dificuldade dos exercícios, nota ‘A’ (definido antes da apresentação), mais a qualidade da execução do ginasta, nota ‘B’, o que resulta na nota final do atleta.

Novato (REMO): alguém que tem pouca experiência no remo.

Nuca (GINÁSTICA RÍTMICA): a estreita parte final de uma maça.

Numeração da quadra (VÔLEI): numera-se a quadra de 1 a 6 no sentido anti-horário começando do saque, posição 1 (defesa direita), posição 2 (ataque direito), posição 3 (ataque central), posição 4 (ataque esquerdo), posição 5 (defesa esquerda) e posição 6 (defesa central). Com o rodízio efetuado no sentido contrário à numeração, ou seja, no sentido horário. A finalidade da divisão e numeração das zonas da quadra é de orientar os árbitros, apontadores, os treinadores e os próprios atletas de suas posições em quadra.

Nocaute, no boxe... – Na imagem, o pugilista Adam Forsyth, da Austrália, no chão do ringue, escuta a conta do juiz, a caminho do nocaute – até dez –, pelo golpe aplicado por Vedran Djipalo, da Croácia, na categoria até 91 kg





Obras mortas (VELA): parte do casco que fica acima da água, as estruturas do convés, é a parte emersa (em oposição a obras vivas).

Obras vivas (VELA): parte inferior do casco das embarcações que fica submersa, é a parte imersa (em oposição a obras mortas).

Observador (GOLFE): indivíduo nomeado pela Comissão para auxiliar um árbitro nas decisões sobre questões de fato e apontar-lhe qualquer infração

às regras. Um observador não deve atender a bandeira, nem estar junto do buraco ou sinalizar a sua posição nem levantar ou marcar a posição da bola.

Obstáculo (SALTOS ORNAMENTAIS): etapa final da andada de impulso com um dos pés antes de fazer a decolagem do salto.

Obstáculo (VELA): objeto que se encontra à distância de um comprimento de casco, obrigando que a embarcação mude o curso.

Obstáculos fixos (HIPISMO): permanecem no lugar mesmo com o toque do cavalo.

Obstáculos móveis (HIPISMO): saem do lugar com o toque do cavalo.

Obstrução (FUTEBOL e HÓQUEI SOBRE GRAMA): acontece quando um jogador impede, com o corpo, a progressão de um adversário que tem a posse da bola.

Obstrução (TÊNIS DE MESA): jogada não considerada.

Obstruções (GOLFE): tudo o que é artificial, incluindo as superfícies, guias e sarjetas artificiais de ruas e caminhos e gelo fabricado.

Odepa (GERAL): sigla pela qual se conhece a Organização Desportiva Pan-Americana. A Odepa foi fundada em 1948 e conta com 42 membros das Américas do Sul, Norte e Central e do Caribe. O Brasil faz parte dela.

Ofensiva (ESGRIMA): conjunto de ações destinadas a tocar o adversário.

Offside – impedimento (RUGBY): quando um jogador está em posição de fora de jogo, isto é, à frente da linha da bola (demarcada por meio de uma formação) ou quando está à frente de um atleta que desferiu um chute (no momento do chute).

Oitava (ESGRIMA): posição cobrindo a linha de fora, a ponta mais baixa que a mão colocada em supinação.

Out-fora, no tênis...

– Abigail Spears, dos Estados Unidos, não irá devolver essa bola, percebendo que ela superará os limites da quadra



Oitavo (RUGBY): referente ao jogador que veste a camisa 8. Faz parte da chamada terceira linha.

Okuri-ashi (JUDÔ): forma de andamento em que a perna da frente se move em primeiro lugar.

Olha (VELA): argola de metal usada para reforço.

Olímpia (GERAL): pequena cidade do sudoeste grego onde nasceram os Jogos Olímpicos, num bosque sagrado na margem do Alfeu, na antiga Élide.

Onda (CANOAGEM): modalidade que mistura a canoagem e o surfe.

Opcionais (GINÁSTICA RÍTMICA): manobras escolhidas pelas ginastas para retratar suas melhores habilidades, muitas vezes com um alto grau de dificuldade.

Oposto (VÔLEI): joga na diagonal do levantador, é o principal atacante para realizar os ataques de segurança.

Orça fechada (VELA): velejar o mais próximo possível da linha do vento em direção contrária a ele.

Orça folgada (VELA): velejar num ponto entre a orça e o través.

Orçar (VELA): girar a proa na direção do vento (contrário de arribar).

Osae (JUDÔ): imobilização.

Osaekomi (JUDÔ): o árbitro inicia a contagem de imobilização no solo.

Osaekomi-toketa (JUDÔ): comando do árbitro que significa o encerramento da contagem de tempo em uma imobilização.

Ossaekomi-waza ou ossae-waza

(JUDÔ): técnicas de imobilização.

Otoshi (JUDÔ): movimento de cima para baixo, queda.

Otval (POLO AQUÁTICO): simulação de mudança de direção para o lado oposto, usada quando o ataque está difícil.

Out - fora (TÊNIS): a bola é lançada fora das marcas válidas da quadra ou da área de saque.

Out (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): ao terminar um salto, o ginasta executa movimentos como uma meia-volta ou mais piruetas.

Out of bounds - fora de campo (GOLFE): terreno considerado fora de campo. O jogador é obrigado a repetir a tacada, do local onde bateu, perdendo o 'stroke'.

Outhaul (VELA): cabo que tensiona a parte de baixo da testa da vela.

Over rule (TÊNIS): quando o juiz de cadeira contraria o juiz de linha.

Overgrip (TÊNIS): acessório feito de material absorvente e emborrachado para ser colocado por cima da empunhadura original da raquete, com o objetivo de proporcionar uma pegada mais firme e mais confortável.

Overhead (TÊNIS): golpe aplicado por sobre a cabeça, parecido com o 'smash'.

Overhead squat - OHS (LEVANTAMENTO DE PESO): agachamento de arranque feito com a barra acima da cabeça. Exercício básico do levantamento de peso olímpico e prova de flexibilidade.

Oxer (HIPISMO e PENTATLO MODERNO): obstáculo com duas varas paralelas, com a vara de saída mais alta que a vara de entrada.

Olimpíada (GERAL): é o termo que designa o período de quatro anos entre duas edições dos Jogos. Também se tornou um sinônimo dos próprios Jogos Olímpicos. Por decisão do COI, as Olimpíadas são numeradas desde a primeira edição, realizada em 1896, e a contagem inclui as edições de 1916, 1940 e 1944, canceladas pelas guerras. A contagem apresenta 30 edições, quando aconteceram de fato 27. A Olimpíada do Rio de Janeiro em 2016 será a 28ª a ser disputada e a 31ª da contagem.



Passe seco, polo aquático... – Aquele no qual a bola não toca a água em nenhum momento

P

Pá (CANOAGEM e REMO): também chamada de lâmina, parte final do remo que entra na água. É pintada com as cores do país.

Pá de cutelo (REMO): modelo relativamente novo de pá, na forma de um cutelo, com uma superfície mais larga e curta do que o modelo padrão (macon).

Pace (TRIATLO): mesmo que ritmo. Na corrida se mede em ‘tempo por quilômetro’. Na natação, o pace

é dado em ‘tempo por 100 m’. Na bicicleta, não se utiliza pace, mas sim a marcação em km/h.

Pack (RUGBY): termo frequente para o conjunto dos atletas de scrum.

Paddle (REMO): remar empregando pressão mínima.

Par (GOLFE): iniciais da expressão inglesa ‘professional average result’, define o número de tacadas para cada um dos buracos do campo de golfe, em função do comprimento desse buraco.

O somatório dos 18 pares define o par de campo. O par de cada buraco varia entre 3 e 5, e o par de campo, entre 68 e 73.

Paddock (HIPISMO): próximo cavaleiro que vai entrar na pista em um concurso.

Painel (HIPISMO): obstáculo não translúcido, geralmente com uma vara na parte superior.

Palmateio (NADO SINCRONIZADO): movimentos executados por braços e mãos para sustentar o corpo na água.

Par terre (LUTA): posição de reinício da luta em caso de punição por falta ou por passividade.

Para trás (SALTOS ORNAMENTAIS): saída de costas para a água e execução dos movimentos para trás.

Parada (ESGRIMA): ação defensiva na qual o esgrimista desvia a arma do oponente.

Parada de mãos (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o ginasta deve manter durante a parada de mãos o cotovelo, o ombro, o quadril, o joelho e o tornozelo na mesma linha do pulso. Os dedos bem afastados aumentam a base de sustentação do corpo e permitem melhor equilíbrio.

DANIEL BEREHULAK / GETTY IMAGES

Pedalada (FUTEBOL): jogada plástica na qual o atleta passa o pé por cima da bola diversas vezes.

Paradas compostas (ESGRIMA): sucessão de paradas usadas contra ações ofensivas compostas.

Parado no pegada (REMO): instrução verbal dada pelo timoneiro ou remador para trazer a tripulação e começar a remar.

Parafuso (GINÁSTICA ARTÍSTICA): corpo para os lados, sem o uso das mãos no solo.

Parafuso combinado (NADO SINCRONIZADO): realização de giros de 360° descendentes, seguidos por mesmo número de giros ascendentes.

Parafuso (SALTOS ORNAMENTAIS): giro do corpo em seu eixo longitudinal, independentemente do tipo de saída.

Paralela (HIPISMO): obstáculo com duas varas paralelas da mesma altura.

Paralela (TÊNIS): bola rebatida paralelamente e junto à linha lateral da quadra.

Paralela (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): indica a direção da trajetória da bola no ataque, em relação às linhas laterais da quadra.

Partida (TIRO COM ARCO): confronto direto entre dois arqueiros ou entre duas equipes.

Passada (ATLETISMO): trata-se da troca ou passe do bastão entre um corredor e o seguinte de uma equipe, em uma prova de revezamento.

Passada (GINÁSTICA ARTÍSTICA): sequência de elementos executados pelo ginasta. Termo geralmente usado no solo, quando o ginasta vai de uma ponta a outra realizando movimentos.

Passada (TÊNIS): jogada que faz a bola ultrapassar, pelos lados ou pelo alto, um adversário que se encontre próximo à rede.

Passador (ATLETISMO): corredor de revezamento que passa o bastão.

Passage (HIPISMO): quando o cavalo estende totalmente seus membros ao trotar.

Passagem (NATAÇÃO): mudança de nadadores na prova de revezamento.

Passagem na água (REMO): termo usado quando o remador está fazendo toda a força no movimento do remo.

Passe (FUTEBOL): bola tocada para o companheiro a curta distância.

Passe (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): também chamado recepção, é o primeiro contato com a bola por parte do time que recebe o saque, evitando que a bola toque a sua quadra. O principal objetivo desse fundamento é enviar a bola em boas condições às mãos do levantador.

Passé ballet (GINÁSTICA RÍTMICA): movimento no qual a perna em ação é levantada até o joelho da perna de apoio. Pode ser paralela ou virada.

Passe molhado (POLO AQUÁTICO): passe feito com a bola tocando na água antes de chegar ao companheiro.

Passe seco (POLO AQUÁTICO): passe realizado sem que a bola toque na água.

Passe visual (ATLETISMO): passe de revezamento em que o corredor seguinte recebe o bastão do corredor anterior olhando para ele e para o bastão durante a troca.

Passo lateral (HIPISMO): trote para a frente e para o lado ao mesmo tempo.

Patrão (REMO): timoneiro que dirige o barco.

Pé (VELA): medida equivalente a 12 polegadas ou 30,48 cm.

Pedal clip (CICLISMO): tipo de pedal que se fixa a uma sapatilha através de um 'taco' ajustado individualmente, potencializando a mecânica da pedalada.

Pedaleira (REMO): ou finca-pés, é uma lâmina de fibra (ou madeira) dentro do barco onde as sapatilhas são fixadas, protegidas com parafusos ajustáveis.

Pegada (ATLETISMO): posição da mão durante um lançamento.

Pegada (NATAÇÃO): a entrada da mão na água. A mão 'pega' ou 'agarra' a água.

Pegar o vácuo (TRIATLO): na etapa de ciclismo, um atleta se posiciona imediatamente atrás do atleta à frente, obtendo a vantagem de diminuir a resistência do ar.

Peiteira (TIRO COM ARCO): acessório protetor de peito que impede o contato direto da corda com o tronco do atleta quando se dispara um tiro. É recomendado especialmente para mulheres ou pessoas com mamilos protuberantes.

Peito (NATAÇÃO): braçada feita completamente no plano horizontal

Peixinho (VÔLEI): ação em que o atleta se atira no ar, como se estivesse mergulhando, para interceptar uma bola, terminando o movimento sobre o próprio abdômen.

com o peito do nadador paralelo ao fundo da piscina. Desde o início da primeira braçada após a largada e após cada turno, o corpo deve ser mantido com o peito voltado para baixo. A ação de braço e perna é simultânea. O chute ocorre abaixo do nível da água.

Peixinho (FUTEBOL): tentativa de acertar a bola de cabeça mergulhando rente ao chão.

Pelada (FUTEBOL): jogo de rua.

Pelotão (CICLISMO e TRIATLO): grupo de ciclistas pedalando juntos que se beneficiam do vácuo para aumentar a velocidade. É proibido em provas de longa distância e em algumas de curta distância sem vácuo.

Penalidade de 1 metro (ESGRIMA e PENTATLO MODERNO): após uma infração, o atleta dá um passo para trás.

Penalização (MARATONA AQUÁTICA): quando um nadador toca voluntariamente outro nadador, aproveita o rastro do adversário ou tem conduta antidesportiva, recebe o cartão amarelo. Caso ele cometa uma segunda infração, recebe o cartão vermelho, sendo desclassificado.

Pênalti (FUTEBOL): chute livre direto resultante de uma falta ocorrida dentro da área. É executado a 11 metros do gol, sem barreira.

Pênalti (HÓQUEI SOBRE GRAMA): cobrança da infração máxima, a 7 m do gol, sendo que apenas o goleiro pode impedir a marcação do tento.

Penalty corner (HÓQUEI SOBRE GRAMA): o mesmo que corner curto.

Penalty kick (RUGBY): após uma falta grave, o árbitro poderá anotar um pênalti contra a equipe infratora. A equipe que sofreu a penalização poderá optar por um chute a gol do local onde a penalidade foi cometida. Um chute de penalidade certo vale três pontos.

Penalty try (RUGBY): quando um jogador é impedido de anotar um try certo por meio de um penal, o árbitro pode anotar um try de penalidade, validando um try para a equipe que sofreu o penal.

Pentatlo moderno (GERAL): prova que reúne modalidades de cinco esportes diferentes: tiro, esgrima, natação, hipismo e corrida. É olímpico desde Estocolmo 1912 por sugestão do próprio barão de Coubertin, mas para as mulheres só começou a valer em Atenas 2004.

Percurso (GOLFE): caminho que o atleta deve percorrer até chegar ao buraco, dividido em diferentes áreas: o tee, de onde é dada a primeira tacada; o fairway, região central de grama baixa; o rough, região lateral de grama alta; e o green, com grama rasteira e bem aparada, onde está o buraco.

Percurso (HIPISMO): com piso de areia, medindo entre 500 e 600 m de comprimento, com oito a 12 obstáculos, sendo um vertical, um duplo, um triplo, um muro e um fosso de água. Deve ser percorrido pelo conjunto formado por cavalo e cavaleiro.

Percurso final (ATLETISMO): percurso final ou quarto percurso em uma corrida de revezamento.

Período (BASQUETE): um dos quatro tempos de dez minutos do jogo. Na NBA, cada período tem duração de 12 minutos.

Perna alterada - eggbeater (POLO AQUÁTICO): rotação com as pernas para dar sustentação e equilíbrio ao corpo, deixando as mãos livres.

Perna de balé (NADO SINCRONIZADO): de costas, uma perna levantada perpendicularmente à superfície da água.

Perna de pau (FUTEBOL): jogador ruim, sem habilidade.

Perna de revezamento (NATAÇÃO): ordem ou posição de um nadador na equipe em uma prova de revezamento.

Pernada 'tesourada' (NATAÇÃO): pernada realizada lateralmente.

Pernada alterada (NADO SINCRONIZADO): ação de rotação com as pernas. Usada para dar sustentação e equilíbrio ao corpo, deixando as mãos livres.

Perseguição (CICLISMO): prova em que duas equipes com quatro ciclistas se enfrentam largando em lados opostos da pista do velódromo. A equipe que primeiro completar os 4.000 metros vence a prova.

Peru (FUTEBOL): mesmo que frango.

Pesista (LEVANTAMENTO DE PESO): atleta praticante do levantamento de peso, também conhecido como halterofilista.

Peso (ATLETISMO): bola de metal medindo entre 110 e 130 mm e pesando 7,26 kg no masculino e entre 95 e 110 mm e pesando 4 kg no masculino, que é usada no arremesso de peso.

Peteca (BADMINTON): a 'bola' usada no badminton é uma frágil e aerodinamicamente eficiente peteca, fabricada com 16 penas de ganso e pesando entre 4,74 e 5,5 gramas.

Piaffer (HIPISMO): o cavalo trota sem sair do lugar.

Picadeiro (HIPISMO): local onde é disputada a prova de adestramento.

Pilar (RUGBY): normalmente os jogadores mais fortes e resistentes. Com o hooker formam a linha de frente do scrum.

Pingue-pongue (TÊNIS DE MESA): nome popular do esporte.

Pirouette (HIPISMO): o cavalo faz uma 'pirueta', galopando sobre seus membros posteriores.

Pirueta ou parafuso (GINÁSTICA ARTÍSTICA): giro do corpo sobre o eixo longitudinal (para a direita ou para a esquerda), com ou sem apoio dos pés no solo.

Pirueta ou parafuso (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): giro do corpo sobre o eixo longitudinal (para a direita ou para a esquerda), sem apoiar as mãos na cama elástica.

Piscina curta (NATAÇÃO): piscina com 25 m de comprimento por 20 m de largura e 2 m de profundidade.

Piscina olímpica (NATAÇÃO): piscina com as seguintes medidas: 50 m de comprimento por 25 m de largura e 2 m de profundidade.

Pista (ESGRIMA e PENTATLO MODERNO): área delimitada onde se desenvolve o jogo.

Pista de corrida – runway (ATLETISMO): faixa de pista para saltadores e lançadores onde ganham velocidade para realizar suas tentativas.

Pistola (PENTATLO MODERNO e TIRO ESPORTIVO): arma curta que deve ser segurada e utilizada com uma mão.

Pistola de ar (TIRO ESPORTIVO): pistola que utiliza ar comprimido ou dióxido de carbono para atirar.

Pistola livre (TIRO ESPORTIVO): pistola calibre 22, livre de especificações.

Pitch (GOLFE): tacada em que a bola descreve uma curva muito alta e que, quando atinge o green, quase que para imediatamente.

Pitch wedge (GOLFE): um dos 14 tacos que compõem um set de golfe, também chamado de ferro curto, com uma vareta mais curta e a face do taco mais aberta (cerca de 48°). É utilizado para tacadas mais curtas e de maior precisão.

Pivô (BASQUETE): posição usualmente ocupada pelo maior atleta da equipe, posicionado no meio do garrafão, que é o centro das jogadas de ataque, e o principal responsável pelos rebotes.

Pivô (HANDEBOL): jogador infiltrado na defesa adversária faz bloqueios para os companheiros e recebe a bola na linha de 6 metros.

Pivot (GINÁSTICA RÍTMICA): rotação de 360° do corpo com apoio em um pé.

Plastron (ESGRIMA): vestimenta protetora usada sob a jaqueta.

Plataforma (LEVANTAMENTO DE PESO): área de competição, com um tablado quadrado com 4 m de lado e 10 cm de altura.

Plataforma (SALTOS ORNAMENTAIS): prancha fixa com 6 m de comprimento por 2 m de largura, situada 10 m acima do nível da água.

Playoff (GOLFE): competição extra para desempate. Buraco a buraco no caso de competição em match play ou por tacadas no stroke play.

Plié Ballet (GINÁSTICA RÍTMICA): curvatura do joelho ou dos joelhos.

Pneu (TÊNIS): expressão brasileira que designa uma derrota por 6 a 0 no game.

Pneus largos (CICLISMO): um termo para bicicleta, assim chamada por causa de seus pneus largos.

Polo aquático (GERAL): é esporte olímpico desde os Jogos de Paris 1900, mas nunca foi muito popular. O dominam os países europeus, que só uma vez não levaram o ouro: Saint Louis 1904. Uma partida de polo aquático é jogada por duas equipes com sete jogadores cada, que se enfrentam em uma piscina com o objetivo de colocar a bola dentro do gol do adversário. Vence a equipe que marcar mais gols.

Pira olímpica (GERAL): acesa no dia da abertura oficial dos Jogos, ela representa o espírito olímpico. A tradição começou nos Jogos de Amsterdã 1928, mas oficialmente e como parte da cerimônia de abertura se firmou na Olimpíada de Berlim, em 1936.

Ponta (FUTEBOL): jogador de ataque, que atua nas laterais do campo.

Ponta (HÓQUEI SOBRE GRAMA): atacante que atua pelas laterais.

Ponta (TIRO COM ARCO): extremidade pontiaguda da flecha.

Ponta (VÔLEI): jogador que ataca e bloqueia nas extremidades da rede.

Pontapé (SALTOS ORNAMENTAIS): saída de frente para a água e execução dos movimentos para trás.

Pontas (RUGBY): são os que normalmente anotam o try. Jogadores ágeis e velozes, e por isso são menores fisicamente que os outros do time.

Ponte (CICLISMO): deixar um grupo de corredores e juntar-se a outro que está mais à frente.

Ponte (GINÁSTICA ARTÍSTICA e GINÁSTICA RÍTMICA): ginasta deitado com as costas voltadas para o solo, com os braços flexionados, mãos apoiadas no solo ao lado da cabeça, polegares voltados para as orelhas, e pernas flexionadas, com os pés apoiados no solo próximo ao tronco e abdômen reto.

Ponte (LUTA): movimento mais utilizado na defesa, em que o lutador, com as costas no tapete, se inclina.

Ponteiro (VÔLEI): mesmo que ponta.

Ponteiro passador (VÔLEI): ponteiro que sabe passar bem, arredondando o passe para o levantador.

Pontoon (TRIATLO): estrutura flutuante de onde os atletas mergulham para iniciar a etapa da natação.

Poomsae (TAEKWONDO): o combate imaginário.

Poona (BADMINTON): nome de batismo do esporte, inventado na Índia.

Popa (CANOAGEM, REMO e VELA): a parte traseira da embarcação.

Portas (CANOAGEM): são as duas barras de metal suspensas acima da água nas provas de slalom, com os canoístas e a embarcação passando por entre elas.

Porta-bandeira (GERAL): atleta que carrega a bandeira de seu país durante a cerimônia de abertura. Ele representa os demais atletas do país, sendo como um símbolo para todos. Sandra Pires foi a primeira mulher a carregar a bandeira brasileira, em Sydney 2000.

Pórtico de chegada (ATLETISMO e TRIATLO): estrutura metálica delimitando a chegada da prova.

Pórtico de chegada (MARATONA AQUÁTICA): estrutura flutuante que demarca a chegada da prova. O nadador deve tocá-lo para que a chegada seja válida.

Posição de impedimento (FUTEBOL): o jogador não está em condições legais de jogo.

Posição de perigo (LUTA): as costas do lutador próximas ao tapete.

Posição dorsal (GINÁSTICA ARTÍSTICA): as costas do ginasta voltadas para o aparelho.

Posição facial (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o peito do ginasta voltado para o aparelho.

Posição horizontal (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o corpo do ginasta paralelo ao solo.

Posição japonesa (GINÁSTICA ARTÍSTICA): sentado no solo, com as pernas em afastamento e bem estendidas, os joelhos voltados para fora e os pés em ponta. O atleta eleva os braços estendidos acima da cabeça e flexiona o tronco à frente, mantendo a coluna ereta, buscando encostar o peito no solo. Mantém a posição por alguns instantes e retorna à posição inicial.

Posição lateral (GINÁSTICA ARTÍSTICA): eixo do corpo do ginasta paralelo ao eixo do aparelho.

Posição neutra (LUTA): início do combate, quando os lutadores ficam frente a frente, sem se tocar.

Posição transversal (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o eixo do corpo do ginasta forma um ângulo reto em relação ao aparelho.

Posições (NADO SINCRONIZADO): movimentos básicos descritos pelas regras.

Posterior (HIPISMO): patas traseiras do cavalo.

Postura (ATLETISMO): posição de largada específica de um atleta.

Postura (REMO): posição das costas e ombros durante o remo.

Practicable (GINÁSTICA RÍTMICA): tablado para a execução da rotina individual ou em grupo.

Prato (TIRO ESPORTIVO): o alvo

Ponte aérea (BASQUETE): jogada em que um jogador lança a bola perto do aro e o outro, no ar, agarra e converte o ponto, normalmente enterrando a bola na cesta.

Presidente (ESGRIMA): árbitro, juiz ou diretor de combate.

das provas de fossa olímpica, fossa double e do skeet.

Premiação (GERAL): cerimônia na qual são entregues as três medalhas aos primeiros colocados de cada prova. Em alguns poucos esportes, como no judô, são distribuídos dois bronzes (não existe definição de terceiro e quarto lugar).

Prender (POLO AQUÁTICO): evitar que um adversário sem a posse de bola se movimente.

Pré-olímpico (GERAL): todas as competições classificatórias para os Jogos propriamente ditos. É o filtro para que nas provas só compitam os melhores de cada especialidade.

Preparar (ATLETISMO): chamada para os corredores tomarem posição antes do tiro de largada.

Presilha (LEVANTAMENTO DE PESO): peça de metal usada para fixar as anilhas na barra.

Pressão (POLO AQUÁTICO): tática defensiva na qual cada jogador marca um adversário.

Pressão (REMO): quantidade de esforço aplicado pelo remador no momento de lançada na remada.

Primeiro serviço (TÊNIS): no saque, primeira tentativa de colocar a bola em jogo.

Prioridade (ESGRIMA): regras restritivas ao contra-ataque no florete e no sabre.

Prise (GINÁSTICA RÍTMICA): é a postura do ginasta para segurar os

aparelhos ou o posicionamento das mãos no aparelho.

Proa (CANOAGEM e VELA): parte dianteira de uma embarcação.

Proa (REMO): ponta do barco, que avança primeiro sobre a água. / Remador que se senta na posição mais próxima à frente do barco.

Proeiro (VELA): velejador que fica próximo à proa do barco fazendo contrapeso, manuseando as velas e definindo estratégias.

Propulsão (NATAÇÃO): força que leva o nadador para a frente, criada pelos braços e pernas do nadador.

Propulsão (REMO): momento em que o remador utiliza a força dos braços e a força das pernas sobre o finca-pés para impulsionar o barco.

Prorrogação (FUTEBOL): tempo extra quando existe empate em partidas eliminatórias.

Protesto (LUTA): apelação formal de um dos atletas, reclamando de um possível erro dos jurados.

Protesto (MARATONA AQUÁTICA): apelação formal à arbitragem até 30 minutos após a chegada. É efetuado pelos treinadores pela conduta dos atletas ou para a conferência de quem bateu primeiro no pódio.

Protesto (VELA): pedido de sinal de irregularidade.

Protetor bucal (BOXE): de borracha ou silicone, protege a arcada dentária. Se o protetor cai, a luta é interrompida.

Protetor de cabeça (BOXE): capacete de couro com enchimento de espuma, usado apenas no boxe feminino.

Pugilismo (BOXE): do latim, a palavra 'pugillus' indica o punho fechado, em forma de soco. A partir disso, foi criada a palavra pugillatus, traduzida como pugilato, o antigo boxe romano.

Pular (CICLISMO): aceleração rápida que geralmente se desenvolve durante um sprint.

Pull hook (GOLFE): para jogadores destros, uma tacada que começa à esquerda do alvo e durante o voo descreve uma curva ainda mais à esquerda.

Pullover (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): em uma queda de costas, o atleta realiza 3/4 de rotação para trás, finalizando na posição em pé.

Pulos de dança (GINÁSTICA RÍTMICA): pulo com os dois pés, pousando com os dois pés em uma posição definida. (Exemplos: reto, dobrado ou aberto.)

Punho (ESGRIMA e PENTATLO MODERNO): parte de madeira, metal ou plástico, destinada a segurar a arma.

Push (BADMINTON): executado próximo da rede, o golpe consiste em 'empurrar' a peteca para o lado adversário.

Push (HÓQUEI SOBRE GRAMA): o jogador empurra a bola, em vez de bater.

Putt (GOLFE): tacada suave executada no green com o objetivo de jogar a bola no buraco.

Putter (GOLFE): taco específico usado para tacadas de precisão no green.

Puxar (TRIATLO): competidor que vai à frente ditando o ritmo de uma prova.

Peteca, badminton...

– Lin Dan, da China, um dos melhores jogadores do mundo, se estica para devolver a ‘bola’ mais esquisita de todas.







Quadra central (TÊNIS): a quadra mais importante dentro de um complexo tenístico.

Quadra de grama (TÊNIS): superfície que deu origem ao tênis. Pode ser natural ou sintética. Faz a bola quicar baixo e deslizar.

Quadra sintética (TÊNIS): feita de resina asfáltica, também chamada de quadra dura ou quadra de cimento. Pode ser muito rápida ou muito lenta, dependendo da última camada de resina que se coloca.

Quadro (CICLISMO e TRIATLO): o esqueleto da bicicleta, que pode ser feito de aço, cromo, alumínio, fibra de carbono e titânio.

Quadro de medalhas (GERAL): o Comitê Olímpico Internacional historicamente se opôs à elaboração do quadro, mas a imprensa o institucionalizou nos Jogos de Melbourne, em 1956. O COI sempre alegou que não eram os países os que competiam, e sim os atletas... Mas o quadro existe e a classificação enumera e soma as medalhas conquistadas por cada uma das nações participantes. Normalmente

é organizado e apresentado a partir dos ouros, em seguida pelas pratas e finalmente ordenado pelos bronzes. O Comitê, de qualquer forma, não registra oficialmente esses 'medalheiros'.

Quadrupedia (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o ginasta se apoia sobre quatro pontos, sejam eles os pés e as mãos ou quaisquer outros.

Quádruplo (HIPISMO): obstáculo com quatro varas dispostas em forma crescente de altura.

Qualifyier (TÊNIS): competição preliminar, realizada com o objetivo de selecionar jogadores para o torneio principal.

Quarto (BASQUETE): mesmo que período. Um jogo de basquete é disputado em quatro quartos ou quatro períodos.

Quarto árbitro (FUTEBOL): o reserva do trio de arbitragem,

ajudando a equipe com os deveres administrativos antes, durante e depois da partida.

Quatro – quádruplo (REMO): barco para quatro remadores, com ou sem timoneiro.

Quebra (CICLISMO): um corredor ou grupo de corredores que deixa o grupo principal para trás.

Quebrar o serviço (TÊNIS): vencer o game quando o adversário está sacando.

Queda (GERAL): quando um dos lutadores cai em consequência de um golpe.

Queda (LUTA): deixar o adversário dois segundos com os ombros encostados no tapete.

Queimada (TÊNIS DE MESA): saque que toca na rede.

Queimar (PENTATLO): mover-se ou deixar a plataforma de largada da natação antes da autorização.

Queimar a largada (ATLETISMO): falta cometida quando um dos atletas parte (inicia a prova) antes do sinal de largada oficial da organização.

Queimar a saída (NATAÇÃO): mover-se ou deixar a plataforma antes de ser dado o sinal de largada, ou antes de um companheiro de equipe – no revezamento – tocar a parede da piscina.

Quimono (JUDÔ): ou judogi, é uniforme tradicional do judô.

Quique (HANDEBOL): sinônimo de drible.

Quilha (REMO e VELA): peça saliente em forma de uma barbatana, fixada na parte de baixo do casco do veleiro, que serve para impedir o abatimento lateral da embarcação e contribui para a sua estabilidade.

Quebra, ciclismo... – Na imagem, Ivan Venter, da África do Sul, quebra o pelotão na prova de estrada disputada em Nanjing, China, nos Jogos Olímpicos de 2008



Rabeira (TIRO COM ARCO): parte final da flecha que é presa à corda.

Rabeira (VELA): popa da prancha de windsurfe.

Rabo de peixe (NADO SINCRONIZADO): o corpo fica em posição idêntica ao guindaste, exceto pelo pé da perna à frente, que deve estar na superfície da água.

Rack (LEVANTAMENTO DE PESO): comando do árbitro liberando o atleta para colocar a barra no suporte.

Raia (ATLETISMO): espaço delimitado na pista, do princípio ao fim dela, dentro do qual os atletas devem correr em algumas provas. São nove raias de 1,22 metros de largura, incluindo a linha branca à direita.

Raia (NATAÇÃO): as divisões da piscina na qual os nadadores se posicionam para disputar as provas. As piscinas olímpicas possuem dez raias de 2,5 metros de largura, apenas as oito raias centrais são usadas.

Rali (BADMINTON, TÊNIS e TÊNIS DE MESA): sequência ininterrupta de troca de bolas entre os jogadores.

Rali (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): ocorre quando as defesas funcionam e os ataques têm dificuldade para colocar a bola no chão.

Rampa de saída (TRIATLO): área que compreende a saída da água até a terra.

Ranking (GERAL): qualquer sistema matemático que pretenda classificar jogadores ou equipes.

Rapid fire (CICLISMO): mecanismo para passar as marchas.

Raquete (BADMINTON): instrumento usado para bater na peteca. Pesando entre 85 e 110 gramas, de fibra de vidro ou fibra de carbono (kevlar), com cabeça com superfície plana, entrelaçada por cordas uniformemente fixadas nas laterais.

Raquete (TÊNIS DE MESA): para golpear a bola. Pode ser de qualquer tamanho, forma ou peso e constituída de madeira natural em 85% do material. O lado que bate na bola é recoberto com borracha. Não é permitido jogar com o lado de madeira.

Raquete (TÊNIS): seguindo um padrão rígido de normas, deve ter sua superfície plana e não é permitido mais de um padrão de cordas na face de uma mesma raquete. Não pode exceder o tamanho de 73,66 centímetros no seu comprimento, incluindo o cabo, e 31,75 centímetros de largura total.

Rating (REMO): número de strokes (remadas) de uma guarnição por minuto.

Ratio (REMO): razão entre o tempo necessário para realizar a passagem e o afastamento na remada. O tempo ideal para o afastamento é de três vezes a passagem.

Rebote (BASQUETE): recuperação de bola quando um jogador erra o arremesso. Pode ser defensivo ou ofensivo, dependendo da posição na quadra em que é conseguido.

Rebote (HANDEBOL): pegar a bola que não está de posse de nenhum jogador.

Recepção (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): defesa de um saque.

Recorde (GERAL): é assim como se denomina a melhor marca alcançada por um atleta num esporte, considerando que ela foi atingida nas mesmas condições que todos os outros. Existe o recorde mundial, o olímpico, o nacional, estadual etc. No caso do olímpico, essa marca só pode ser quebrada na disputa dos Jogos.

Recuo (ESGRIMA): deslocamento para trás destinado a se afastar do esgrimista adversário.

Recuperação (REMO): o remador se coloca pronto para um novo ataque, flexionando os joelhos, estendendo os braços e inclinando o tronco para a frente novamente.

Recurvo (TIRO COM ARCO): de fibra de vidro ou de fibra de carbono (kevlar), o arco recurvo é o utilizado nos Jogos Olímpicos com: lâminas, punho, corda, estabilizador, alça de mira e acessórios de proteção.

Referee (BOXE): palavra inglesa que significa 'árbitro'.

Refugo (HIPISMO e PENTATLO MODERNO): quando o cavalo se recusa a saltar.

Regata (REMO e VELA): competição de barcos a vela ou a remo.

Regulagem (REMO): maneira pela qual a braçadeira, a forqueta, os pinos, o finca-pé e os remos podem ser ajustados para melhorar o conforto e a eficiência do remador.

Release (REMO): o remo é demovido da água na remada.

Revezamento (ATLETISMO): corrida por equipes compostas de quatro atletas que se revezam durante o percurso.

Remo (GERAL): alavanca utilizada para impulsionar o barco./Esporte com 14 provas olímpicas – oito masculinas e seis femininas. Todas disputadas em raias de 2.000 m de comprimento. É olímpico desde a segunda edição.

Remoergômetro (REMO): máquina que simula os movimentos reais do remo em treinamentos fora da água.

Repetição (ESGRIMA): segunda ação ofensiva. Ela pode ser simples ou composta ou precedida das ações sobre o ferro do adversário. É executada geralmente sobre os adversários que não respondem.

Reprise (ESGRIMA): ação de ataque em que o esgrimista vai à frente depois de estender a perna dianteira.

Reprise (HIPISMO): figuras obrigatórias realizadas no adestramento.

Reprise de ataque (ESGRIMA): nova ação executada depois de voltar à guarda.

Resistência (CICLISMO): prova de estrada.

Resposta (ESGRIMA e PENTATLO MODERNO): ação do esgrimista após ter parado com sucesso um ataque do adversário. Pode ser imediata ou a tempo perdido; simples (direta ou indireta) ou composta; por tomada de ferro ou não; executada a pé firme ou coordenada com um deslocamento.

Rest (TIRO COM ARCO): parte do arco onde se apoia a flecha.

Retardamento (POLO AQUÁTICO): falta quando um time estoura o limite de tempo de posse de bola.

Retorno (TÊNIS DE MESA): golpe que rebate o saque.

Retranca (VELA): perfil horizontal usado para prender e estender a esteira da vela grande.

Return-pass (POLO AQUÁTICO): jogada onde a bola é passada e devolvida imediatamente.

Reversão (GINÁSTICA ARTÍSTICA): rotações de 360°, ligadas com uma translação em plano vertical ou inclinado. Ocorrem nas fases apoiadas, ao redor dos eixos transversal e anteroposterior temporariamente fixo, nos pontos de apoio e nas fases não apoiadas, ao redor de eixos livres. As reversões sem apoio são denominadas mortais ou elementos livres.

Reversão lateral (GINÁSTICA ARTÍSTICA): mesmo movimento que a estrela.

Reverso (LUTA): golpe no qual o atleta inicia a ação pelas costas do adversário e, usando o braço como alavanca, move-se para trás, aplicando força contrária à cabeça e às costas do rival.

Revés (TÊNIS): golpear a bola pelo lado esquerdo do corpo entre os atletas destros e pelo lado direito entre os competidores canhotos.

Revezamento medley (NATAÇÃO): quatro nadadores nadam uma distância igual em ordem de nado: costas, peito, borboleta e livre.

Revezamento nado livre (NATAÇÃO): todos os nadadores nadam estilo livre.

Revezamentos (NATAÇÃO): quatro nadadores em cada equipe, cada um a nadar um quarto da distância prescrita usando um estilo desejado.

Revirado (SALTOS ORNAMENTAIS): saída de costas para a água e execução dos movimentos para a frente.

Rio (HIPISMO): salto em distância em que o cavalo deve passar por um rebaixamento preenchido com água. O cavalo não deve pisar dentro das faixas que delimitam o 'rio'.

Ritmo (ESGRIMA): mudança de ritmo, variação (aceleração ou desaceleração) do tempo de execução das ações.

Ritmo (REMO): frequência da remada.

Rivalidade (GERAL): é o confronto que 'supera' a competência esportiva, se duela 'por algo a mais'. Já existiram maiores que as atuais, como a dos americanos e russos nos anos da guerra fria e a das Alemanhas Ocidental e Oriental. Hoje tem algumas, como a dos países árabes e Israel, que ainda preocupam.

Robin Hood (TIRO COM ARCO): quando um arqueiro quebra a haste de uma flecha presa no alvo acertando outra flecha.

Roda (GINÁSTICA ARTÍSTICA): elemento também conhecido popularmente como 'estrela'. Consiste em passar lateralmente em apoio invertido – mão no solo e pés no ar – e retornar à posição em pé.

Rolamento (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): o jogador rola lateralmente sobre o próprio corpo após ter feito contato com a bola. Essa técnica é utilizada, especialmente, para

minimizar a possibilidade de contusões após a queda que é o resultado da força com que uma bola fora cortada pelo adversário.

Rolê (LUTA): refere-se ao gut wrench (movimento defensivo em que o atleta se inclina com as costas no tapete).

Rondada – round-off (GINÁSTICA ARTÍSTICA): elemento de solo semelhante a uma roda (estrela), porém com os dois pés chegando ao solo no mesmo instante, juntos. Usado pelos ginastas para acelerar uma ‘passada’, e para preparar para realização de flic-flac e saltos mortais para trás.

Rope climb (LEVANTAMENTO DE PESO): escalada de corda.

Rotação (GINÁSTICA ARTÍSTICA): movimento circular do corpo, em 360°, em torno de um eixo fixo (barra de um aparelho, por exemplo), de um eixo livre (centro de gravidade do próprio corpo) ou de um eixo variável.

Rotação do quadril (ATLETISMO): movimento para a frente, que ocorre durante os passos largos em corridas ou em caminhadas.

Rotações (GINÁSTICA RÍTMICA): na corda e no arco, os aparatos se movem em padrão circular.

Rotina (NADO SINCRONIZADO): coreografia executada pelas atletas.

Rotina obrigatória (GINÁSTICA RÍTMICA): competição com uma coreografia e música predeterminadas.

Rotina opcional (GINÁSTICA RÍTMICA): competição com coreografia e música individual do atleta.

Rotina técnica (NADO SINCRONIZADO): rotina com tempo menor; alguns elementos obrigatórios devem ser executados de acordo com a descrição das figuras.

Roubada (BASQUETE): pegar a bola de um adversário.

Rough (GOLFE): margens do fairway, com grama mais alta.

Round (BOXE): períodos de três minutos em que são divididas as lutas.

Round (TIRO COM ARCO): etapa eliminatória de uma competição.

Roupa de borracha ou neoprene (TRIATLO): traje térmico para proteção do nadador contra o frio.

RSC – referee stopped contest (BOXE): luta encerrada pelo árbitro por medida de precaução.

RSCH – referee stopped contest head (BOXE): luta encerrada pelo árbitro após um pugilista receber excesso de socos na cabeça.

RSCO ou RSC-OS – referee stopped contest outscored (BOXE): luta terminada pelo árbitro quando a diferença de pontos entre um boxeador e outro chega a quatro pontos.

Ruck (RUGBY): formação muito

comum que costuma acompanhar um lance de contato. Após receber um tackle e ir ao solo, o atleta é obrigado a soltar a bola, seguindo-se um ruck, no qual os atletas das duas equipes disputam a posse da bola.

Rudi (GINÁSTICA ARTÍSTICA): um parafuso e meio na posição estendida após um movimento para a frente. Exemplo: flic-flac para a frente, mortal simples para a frente.

Rúgbi (RUGBY): forma brasileira de chamar o esporte em que os jogadores avançam pelo campo passando a bola oval de mão em mão, sempre em lançamentos para trás, tentando marcar pontos.

Rugby football (RUGBY): nome completo do esporte até a cisão entre rugby union e rugby league. Usado até hoje por muitos para se referir ou ao rugby union ou ao rugby league.

Rugby league (RUGBY): o outro esporte chamado de rugby. Disputado por 13 jogadores de cada lado é também chamado de rugby de XIII. A divisão entre o rugby union e o rugby league ocorreu em 1895, quando os defensores do profissionalismo se retiraram da RFU (Rugby Football Union) e fundaram a NRU (Northern Rugby Union), depois rebatizada de RFL (Rugby Football League).

Rugby sevens (RUGBY): variação do union, uma partida de rugby sevens é jogada por duas equipes com sete jogadores cada.

Rugby union (RUGBY): o mais difundido entre os dois esportes chamados de rugby, jogado com 15 jogadores por equipe (15-a-side ou XV). Por ser o mais praticado e assistido no mundo, é comum o rugby union ser chamado apenas de rugby.

Rulfova (GINÁSTICA ARTÍSTICA): korbut flic realizado com um parafuso completo.

Ringue (BOXE): local onde é realizada a luta. Quadrado com 6,1 metros de lado delimitado por cordas elásticas.

Remo: alavanca utilizada para impulsionar o bote... – Na imagem a tripulação da Ucrânia, em primeiro plano, pronta para a largada nos Jogos Olímpicos de Atenas no ano de 2004





Sabre (ESGRIMA): uma das três armas usadas na esgrima moderna. Arma leve de corte e estocada para duelo, desenvolvida a partir de uma espada de cavalaria.

Safo de popa (VELA): em uma regata, barco que está na frente numa disputa de posições.

Safo de proa (VELA): barco que está atrás numa disputa de posições.

Saia de spray (CANOAGEM): roupa usada pelos canoístas de slalom que é conectada ao redor do barco para evitar a entrada da água.

Saída (GINÁSTICA ARTÍSTICA): deixar a barra para realizar um movimento antes de segurá-la novamente.

Saída (SALTOS ORNAMENTAIS): ação de sair da plataforma ou do trampolim e demonstrar controle e equilíbrio além do ângulo apropriado de aterrissagem ao final do salto.

Saída de atletismo (NATAÇÃO): o nadador fica sobre o bloco com um pé na frente com os dedos sobre

a borda e o outro pé atrás, mãos segurando no bloco.

Saída de rede (VÔLEI): posição 2 da quadra (ataque direito). / Refere-se também ao jogador especializado no sistema 5-1 que atua nessa posição, ou oposto, intermediário ou saída.

Saída normal (NATAÇÃO): o nadador fica sobre o bloco/borda, dedos dos pés curvados sobre a borda, mãos segurando no bloco.

Salto (ESGRIMA): movimento que faz com que o corpo e as pernas de um esgrimista sejam colocados a salvo do ataque do adversário.

Salto (GINÁSTICA ARTÍSTICA): aparelho formado por um trampolim e uma mesa, com altura de 1,35 m para homens e 1,25 m para mulheres.

Salto (NATAÇÃO): infração nas provas de revezamento, quando o segundo,

terceiro ou quarto membro da equipe larga antecipadamente.

Salto aquático (PENTATLO MODERNO): obstáculo formado por um rio, que o cavalo deve saltar na prova de hipismo.

Salto em altura (ATLETISMO): os atletas devem superar uma barra horizontal colocada a uma determinada altura.

Salto em distância (ATLETISMO): combinando velocidade, força e agilidade, a partir de um ponto predeterminado, os atletas saltam o mais longe possível.

Salto com vara (ATLETISMO): salto por cima de um sarrafo horizontal com a ajuda de uma vara flexível.

Salto triplo (ATLETISMO): a partir de um ponto predeterminado, os atletas executam a combinação de três saltos sucessivos, buscando saltar o mais longe possível, terminando com a queda numa caixa de areia.

Salto mortal (SALTOS ORNAMENTAIS): é a rotação completa do corpo em uma imaginária linha horizontal.

Salto pak (GINÁSTICA ARTÍSTICA): típico das barras assimétricas. É usado para passar da barra mais baixa para a mais alta. A ginasta faz um movimento semelhante com o flic-flac, pois o salto pak é também um movimento preparatório pontuado.

Salto sincronizado (SALTOS ORNAMENTAIS): disputado em duplas, a nota é atribuída à execução e à igualdade de movimento dos atletas.

Saltos ornamentais (GERAL): esporte de grande precisão, com os atletas saltando de um trampolim (prancha flexível) ou de uma plataforma de concreto na piscina executando movimentos estéticos durante a queda, que são avaliados por juízes. Estreou nos Jogos de St. Louis 1904.

Sarrafo (ATLETISMO): barra de madeira, metal ou plástico que os atletas precisam superar nas provas de salto.

Saltos mortais (GINÁSTICA

ARTÍSTICA): o ginasta se impulsiona no solo com os dois pés, salta e gira seu corpo livremente no ar, para a frente ou para trás, com no mínimo 360 graus de rotação sobre o eixo transversal do corpo, finalizando de pé sobre o solo. A postura do ginasta durante a fase de voo pode ser: grupada (joelhos flexionados, coxa junto ao tronco, pés junto aos glúteos, cabeça flexionada à frente, mãos segurando os joelhos) e estendida (segmentos corporais em alinhamento). A rotação do corpo para a frente ou para trás sobre o eixo transversal pode ser chamada também de flip ou salto.

Sambo (LUTA): modalidade de luta que mistura o estilo livre e o judô.

Sand-wedge (GOLFE): ferro usado para retirar as bolas dos bunkers.

Santelli (ESGRIMA): mestre italiano que ensinou na Hungria, criador de uma técnica defensiva chamada segundo sistema (segunda, prima e quinta).

Sapatilha (BOXE): calçado de couro e cano alto.

Sapatilha (CICLISMO): calçado especial para a prática do esporte.

Sapatilha (LEVANTAMENTO DE PESO): tênis de cano alto de couro ou camurça, salto de madeira com até 4 cm, usado para proteger os pés de possíveis quedas da barra ou das anilhas. É obrigatório nas competições.

Saque (TÊNIS DE MESA): jogada que coloca a bola em jogo.

Saque com efeito (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): saque em que a bola ganha velocidade ao longo da trajetória, ao invés de perdê-la, graças a um efeito produzido dobrando-se o pulso no momento do contato.

Saque flutuante – saque sem peso (VÔLEI): a bola é tocada apenas de leve no momento de contato, o que faz com que ela perca velocidade repentinamente e sua trajetória se torne imprevisível.

Saque oriental (VÔLEI): o jogador posta-se na linha de fundo de perfil para a quadra, lança a bola no ar e acerta-a com um movimento circular do braço oposto.

Saque ou serviço (TÊNIS): golpe que inicia o game, executado atrás da linha da base, em sentido diagonal ao oponente, com a bola sendo lançada em qualquer direção ou altura. A bola deve atingir o quadrado diagonal correspondente.

Saque ou serviço (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): bater na bola, colocando-a em jogo para a disputa do rali.

Saque por baixo ou por cima (VÔLEI): como o saque é realizado, ou seja, se o jogador acerta a bola por baixo, no nível da cintura, ou primeiro lança-a no ar para depois acertá-la acima do nível do ombro. Por ser de fácil recepção, o saque 'por baixo' não é mais utilizado em competições de alto nível.

Saque-voleio (TÊNIS): após sacar com força, o jogador vai à rede para fazer o voleio após a devolução.

Scoop (HÓQUEI SOBRE GRAMA): empurrar a bola com o taco e levá-la no ar.

Score card (GOLFE): cartão que o jogador deve sempre levar para o campo, no qual anota as tacadas de cada buraco.

Scrum (RUGBY): formação usada pelos jogadores de frente (forwards) para recomeçar o jogo após algumas jogadas irregulares ou penalidades leves. É frequente chamar os jogadores de 1 a 8 (forwards) de scrum, passando o termo a designar também um conjunto de jogadores.

Scrum-half (RUGBY): referente ao jogador que veste a camisa 9.

Scull (REMO): remos curtos usados em pares.

Sculling (REMO): remador com dois remos.

Sebe (HIPISMO e PENTATLO MODERNO): obstáculo formado por plantas, geralmente usado para formação de oxers ou paralelas.

Segunda linha (RUGBY): lock, em inglês, referente aos jogadores que vestem as camisas 4 e 5.

Segundo (BOXE): profissional que dá assistência ao pugilista no intervalo dos combates.

Segundo serviço (TÊNIS): segunda tentativa no saque de colocar a bola em jogo.

Selada (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o corpo forma um arco. As costas ficam arqueadas para trás.

Selim (CICLISMO e TRIATLO): o banco da bicicleta.

Sem pulo (FUTEBOL): lance no qual o jogador acerta a bola antes que ela toque o chão.

Série (GINÁSTICA ARTÍSTICA):

sequência de elementos técnicos que forma a apresentação de um ginasta.

Seoi-nage (JUDÔ): projeção sobre o ombro com uma mão.

Sequência (TÊNIS DE MESA): período no qual a bola está em jogo.

Série principal (NATAÇÃO): principal parte de treinamento de um programa. Novas habilidades podem ser introduzidas, habilidades revisadas junto com trabalho de série cronometrada.

Séries (NATAÇÃO): divisão de uma prova com muitos nadadores, em que cada atleta compete apenas uma vez.

Séries classificatórias (NATAÇÃO): fase da competição que classifica os nadadores mais rápidos para as próximas etapas até a final.

Séries de elementos (GINÁSTICA ARTÍSTICA): ligações de exercícios técnicos em competições, metodicamente organizadas. O ginasta não se apresenta ao júri realizando um só movimento na barra fixa, por exemplo, e sim vários movimentos de diferentes tipos encadeados, ritmados e realizados com tão poucas interrupções quanto for possível.

Set (TÊNIS DE MESA): a divisão de um jogo, que é disputado em melhor de cinco ou sete sets, de 11 pontos cada um.

Set (TÊNIS): a divisão de um jogo, que é disputado em melhor de três ou cinco sets.

Set (VÔLEI DE PRAIA): divisão do jogo. Disputado em 21 ou 15 pontos.

Set (VÔLEI): divisão do jogo.

Disputado em 25 ou 15 pontos.

Set longo (TÊNIS): em caso de empate não é disputado o tiebreak; termina quando um dos tenistas tiver vantagem de 2 games.

Set pieces (RUGBY): para scrums e lineouts.

Set point (GERAL): ponto em que uma equipe tem a oportunidade de fechar o set.

Set (GOLFE): conjunto de ferros do nº 1 ao nº 9.

Shido (JUDÔ): punição imposta a um dos competidores por falta de combatividade.

Shigan (TAEKWONDO): comando para suspensão do combate.

Shijak (TAEKWONDO): comando para iniciar o combate.

Shime-waza (JUDÔ): técnicas de estrangulamento.

Shisei (JUDÔ): posição base para todos os movimentos.

Shoot-off (TIRO ESPORTIVO): forma de desempate.

Short triatlo (TRIATLO): prova com distância mais curta, normalmente disputada na metade da distância de uma prova normal.

Shorty (HÓQUEI SOBRE GRAMA): taco curto.

Shot (GOLFE): tacada.

Shuttlecock (BADMINTON): a peteca usada no badminton.

Side step (RUGBY): simular a falsa mudança de direção com os pés executando um dribble.

Sidespin (TÊNIS): efeito aplicado na lateral da bola provocando uma parábola na sua trajetória.

Sighters (TIRO ESPORTIVO): alvos ou tiros de ensaio para ajustar as miras e a posição de tiro. Não contam pontos.

Simultâneas (ESGRIMA): ações lançadas ao mesmo tempo pelos dois adversários.

Simples (TÊNIS DE MESA): jogo de um contra um.

Simpósio técnico – race briefing (TRIATLO): palestra dada pelos organizadores antes da prova para explicar as regras, percurso etc.

Simular falta (FUTEBOL): ato de fingir faltas ou lesões.

Sin bin – exclusão temporária (RUGBY): o atleta recebe o cartão amarelo e é expulso por dez minutos da partida.

Sincro (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): a cama elástica sincronizada.

Sincro judge (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): árbitro que julga o sincronismo dos dois atletas durante os movimentos.

Sincronização (GINÁSTICA RÍTMICA): todas as ginastas do grupo devem executar suas habilidades ao mesmo tempo.

Single (REMO): barco conduzido por um remador.

Sistema de aceleração (TÊNIS DE MESA): usado para uma definição mais

rápida dos pontos, quando um set atinge dez minutos de duração.

Sit in (TRIATLO): o atleta tenta ‘encostar’ no adversário à sua frente.

Skeet (TIRO ESPORTIVO): prova na qual os atiradores se movem em um arco de diferentes estações (casas alta e baixa), efetuando um disparo contra cada prato lançado das estações.

Skiff (REMO): embarcação a remo muito utilizada antigamente nas grandes navegações. Denomina os atuais barcos de parlamenta duplo: Single Skiff (1x), Double Skiff (2x) e Four Skiff (4x), com dois remos por atleta.

Slice (TÊNIS): efeito que ‘corta’ a bola de cima para baixo, tendendo a abaixá-la ao tocar o solo.

Slice (GOLFE): efeito do voo da bola, quando vira demasiado para a direita, é um fade (bola que voa da esquerda para a direita) exagerado (por vezes de 90°).

Sling (TIRO COM ARCO): peça que deixa o arco firme à mão após a largada; pode servir para o punho ou antebraço do arqueiro.

Smash (BADMINTON): é o golpe mais agressivo do badminton, que equivale à cortada do vôlei. O golpe deve ser forte, rápido e direcionado para baixo. Muitos jogadores saltam para executar o smash com mais potência.

Smash (TÊNIS DE MESA): ataque rápido e muito veloz, no qual o jogador bate a bola de cima para baixo.

Smash (TÊNIS): movimento ofensivo, próximo à rede, idêntico ao feito pelo tenista no momento do saque.

Snatch (LEVANTAMENTO DE PESO): é o arranque. Movimento do levantamento de peso que consiste em levar o peso desde o chão (ou coxas) até a posição sobre a cabeça.

Soccer kick (RUGBY): chute curto e rasteiro.

Solo (GINÁSTICA ARTÍSTICA): aparelho que consiste em um tablado que mede 12 x 12 m.

Sono-mama (JUDÔ): comando do árbitro para que o confronto se paralise, com os judocas voltando a suas posições iniciais.

Soremade (JUDÔ): comando do árbitro para encerrar o combate.

Sotavento (VELA): posição em que o vento chega depois em relação ao barlavento.

Sparring (BOXE): boxeador que participa dos treinos de lutas com outro boxeador que vai participar de um combate oficial, simulando os movimentos de seu futuro adversário.

Spinnaker – balão (VELA): vela da proa muito leve e grande usada com ventos de popa até o través.

Splashing (POLO AQUÁTICO): falta marcada quando um jogador joga deliberadamente água no rosto do rival.

Split – espacate (GINÁSTICA RÍTMICA): posição do corpo – no tablado ou no ar durante o pulo/salto – com larga separação das pernas. Pode ser feito com uma perna à frente e outra perna atrás ou em posição de 180°.

Split (LEVANTAMENTO DE PESO): os atletas movimentam as pernas em forma de tesoura.

Sprint (ATLETISMO, CICLISMO e TRIATLO): explosão de velocidade nos metros finais de uma corrida.

Sprintista (CICLISMO): é o atleta que tem, mesmo depois de muitos quilômetros pedalados, a qualidade da explosão na reta de chegada.

Squat (LEVANTAMENTO DE PESO): o árbitro autoriza o atleta a iniciar o levantamento.

Stalder ou endo (GINÁSTICA ARTÍSTICA): a ginasta em posição de apoio estendido invertido gira em suspensão invertida (com as pernas afastadas) e volta novamente ao apoio estendido invertido. Pode ser realizado para a frente ou para trás, na barra fixa ou assimétrica.

Starting blocks (ATLETISMO): par de suportes para os pés, temporariamente colocados na pista, sobre os quais o velocista dá o impulso para a largada.

Stick (HÓQUEI SOBRE GRAMA): taco utilizado para controlar a bola. Pode ter vários pesos e comprimentos dependendo do gosto do jogador.

Stop (BOXE): ordem do árbitro que determina que os boxeadores parem de lutar, para que ele possa fazer uma advertência, iniciar uma contagem, chamar o médico ou tomar qualquer outra providência que achar necessária.

Storm-Jib (VELA): pequena vela de proa, muito resistente, usada com ventos muito fortes.

Slalom (CANOAGEM): os canoístas descem o mais rápido possível uma corredeira de águas bravas, utilizando uma canoa ou um caiaque, passando por portas sem tocá-las.





Softball - vista geral do campo na final de 2008, entre EUA e Japão

Softball (GERAL): é uma variação mais leve do beisebol e fez parte do programa olímpico de Atlanta 1996 a Pequim 2008.

Striking circle (HÓQUEI SOBRE GRAMA): mesmo que área de chute.

Stroke (HÓQUEI SOBRE GRAMA): mesmo que pênalti.

Stroke (REMO): o ciclo completo da remada.

Stroke (GOLFE): grau de dificuldade de cada buraco. Vai de 1 a 9 ou de 1 a 18, dependendo do número de buracos do campo (stroke 1 é o mais difícil, stroke 18 é o mais fácil).

Strokesaver (GOLFE): pequeno livro com indicação e caracterização de cada buraco do campo, permitindo ao jogador conhecer o grau de dificuldade do campo.

Stützkehre (GINÁSTICA ARTÍSTICA): movimento típico das barras paralelas. Parada de mãos; pequena projeção dos ombros à frente e as pernas descem mantendo o corpo todo firme; passagem pelo apoio normal. As pernas devem ser chutadas para a frente e para cima. O braço de apoio conduz o corpo, dando direção e altura. Queda no apoio invertido, com nova parada de mãos.

Subir à rede (TÊNIS): o tenista se movimenta do fundo da quadra até junto à rede para tentar definir o ponto.

Superfície válida (ESGRIMA): área de toque que vale ponto nas três armas.

Superioridade técnica (LUTA): vitória declarada quando um lutador abre uma diferença de dez pontos sobre o adversário.

Supino (LEVANTAMENTO DE

PESO): modalidade profissional de levantamento de peso na qual o atleta compete deitado. / Treinamento muito utilizado em academias.

Suplê (LUTA): queda mais clássica da luta olímpica, que vale cinco pontos, quando o lutador projeta o adversário para trás e por cima de seus ombros, caindo direto com as costas no solo.

Suporte (LEVANTAMENTO DE PESO): estrutura metálica de apoio da barra enquanto o competidor se prepara para iniciar a apresentação.

Surfar (NATAÇÃO e PENTATLO MODERNO): nadar um pouco atrás do atleta da raia ao lado para pegar vantagem utilizando a marola criada pelo nadador que está à frente.

Suspensão (GINÁSTICA ARTÍSTICA): posição assumida pelo ginasta quando, pendente pelos punhos, antebraços, pés, nuca ou pernas, mantém o peso do corpo abaixo do ponto de sustentação. Ex.: suspensão estendida (alongada), suspensão carpada etc.

Suspensão (LEVANTAMENTO DE PESO): a barra abaixo do joelho do pesista.

Sustentada (LEVANTAMENTO DE PESO): o levantador segura a barra sobre a cabeça.

Swing (GOLFE): movimento de rotação que o corpo faz para efetuar a tacada de golfe e que produz o efeito de propulsão, que dá distância às tacadas.

Swing-volley (TÊNIS): golpe de fundo aplicado sem a bola quicar no chão.



T (TÊNIS): termo usado para indicar o local da quadra que fica próximo às linhas que formam as áreas de saque.

T1 (TRIATLO): primeira transição, o espaço da saída da água até a primeira pedalada.

T2 (TRIATLO): segunda transição, após o término da etapa de ciclismo e antes do início da corrida.

Tabela (BASQUETE): placa retangular de 1,05 m de altura por 1,80 m de largura que sustenta o aro.

Tabela (FUTEBOL): jogada em que um jogador passa a bola para um integrante do time e depois a recebe de volta.

Tacada (HÓQUEI SOBRE GRAMA): tocar a bola com o bastão para fazer um passe ou um tiro para o gol.

Tackle (HÓQUEI SOBRE GRAMA): tentativa de roubar a bola do adversário.

Tackle (RUGBY): movimento que um atleta faz para derrubar o oponente que tem a posse da bola.

Talas (VELA): tiras de plástico ou madeira que atuam enrijecendo a vela

e mantendo uma forma desejada. Contribuem também para evitar o panejamento da valuma.

Tandem (CANOAGEM): caiaque de lazer de duas pessoas.

Tandem (CICLISMO): bicicleta dupla cuja prova de velocidade com 2000 m de distância foi disputada de 1908 a 1972.

Tapetão (FUTEBOL): tribunal que interfere no resultado das partidas.

Tapete (LUTA): local onde se realizam as lutas.

Taquinho (TRIATLO): peça presa à sapatilha que 'clipa' o pé ao pedal, assim pode-se fazer força também quando se puxa os pés para cima.

Tarimba (LEVANTAMENTO DE PESO): mesmo que plataforma, onde os atletas fazem suas apresentações.

Tchagui (TAEKWONDO): chute.

Tchariot (TAEKWONDO): expressão para que os lutadores fiquem em posição de combate.

Tchong (TAEKWONDO): lutador que usa o protetor azul.

Tchuirigui (TAEKWONDO): soco.

Técnica (ATLETISMO): a maneira pela qual um atleta desempenha uma habilidade.

Técnica de estilo eficiente (NATAÇÃO): aquela em que os melhores resultados são obtidos, usando a menor quantidade de esforço.

Tee (GOLFE): local onde os atletas dão a primeira tacada do jogo. / O tee também é o nome dado ao pino usado sob a bola apenas na tacada inicial ou em condições extraordinárias.

Tempo (ESGRIMA): duração de uma ação ofensiva simples. O tempo tem sido sempre uma das convenções essenciais no florete e no sabre.

Tempo (GINÁSTICA ARTÍSTICA): flic-flac sem apoio das mãos no solo, também chamado de flic-flac livre.

Tempo morto (POLO AQUÁTICO): tempo entre o apito do juiz e o recomeço do jogo.

Tempo técnico (VÔLEI): a partida é interrompida duas vezes a cada set: após o oitavo e o 16º ponto, com exceção do tie-break.

Tempo técnico (VÔLEI DE PRAIA): nos sets 1 e 2 um 'tempo técnico' adicional de 60 segundos é aplicado automaticamente quando a soma dos pontos marcados pelas equipes é igual a 21 pontos.

Taekwondo (GERAL): dois oponentes lutam e aplicam golpes com chutes e socos para atingir o adversário no tronco e na cabeça. Foi disputado como esporte de demonstração em Barcelona 1992 e oficialmente em Sydney 2000.

Tendu ballet (GINÁSTICA RÍTMICA): o pé em ação desliza para uma posição apontada no tablado. Pode ser feito para a frente, para o lado ou para trás.

Tênis (GERAL): com uma raquete, os atletas devem fazer com que a bola passe por cima da rede e toque na área válida do lado contrário. O ideal é que o adversário não consiga devolvê-la, mande a bola na rede ou para fora da quadra. Foi disputado de 1896 a 1924, ausente entre 1928 e 1984. Voltou em Seul 1988, quando os tenistas profissionais foram aceitos, esse era o ponto de discórdia dentro do COI.

Tênis de mesa (GERAL): com uma raquete, os atletas devem fazer com que a bola, passando por cima da rede, toque a área válida da mesa do adversário; que o adversário mande a bola na rede ou para fora da mesa. É olímpico desde Seul 1988 e dominado pelo asiáticos, principalmente pelos chineses.

Tennis-elbow (TÊNIS): habitual, dolorosa e perigosa contusão que atinge o cotovelo de tenistas, provocada pela inflamação do tendão.

Tens (RUGBY): modalidade pouco difundida do rugby union. Também segue as mesmas regras do jogo de 15 jogadores, com algumas pequenas alterações, a exemplo do sevens.

Terceiro tempo (RUGBY): momento tradicional, no qual os atletas das duas equipes confraternizam após a partida.

Terminação (TÊNIS): movimento que o braço que segura a raquete descreve após o contato com a bola.

Terrorismo (GERAL): o maior atentado sofrido em Jogos foi em Munique 1972 (houve mortos na delegação de Israel pelas mãos do grupo terrorista palestino Setembro Negro). Em Atlanta 1996, uma bomba explodiu no Centennial Olympic Park, a poucos metros

Tie-break (TÊNIS): série de pontos disputados para decidir o vencedor de um set empatado em seis games. O primeiro jogador que consegue ganhar sete pontos, mantendo uma vantagem de dois, pelo menos, sobre seu adversário, ganha o tie-break e o set.

da vila olímpica. A explosão matou duas pessoas e feriu 112.

Tesoura (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o corpo se movimenta lateralmente. O ginasta alterna o apoio das mãos – direita e esquerda – com pernas e braços estendidos, enquanto as pernas vão abertas de um lado a outro do cavalo.

Test match (RUGBY): qualquer partida oficial entre seleções, tanto jogos de campeonato como amistosos.

Testa (VELA): borda da frente.

Testeira (HIPISMO): tipo de vertical formada por tábuas.

Te-waza (JUDÔ): técnicas de braço.

Thomas Cup (BADMINTON): campeonato mundial masculino de equipes.

Thruster (LEVANTAMENTO DE PESO): combinação de agachamento frontal com push-press.

Ti (TAEKWONDO): faixa usada pelos atletas.

Tie-break (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): set desempate, disputado em melhor de 15 pontos.

Tight 5 (RUGBY): termo usado para designar o conjunto dos atletas de primeira e de segunda linha.

Tigui (TAEKWONDO): ataque.

Time (TÊNIS): termo usado pelo juiz de cadeira para indicar que o tempo de descanso dos jogadores acabou.

Time Trial – contrarrelógio (TRIATLO): consiste em pedalar o mais rápido possível em uma certa distância.

Time-out (HANDEBOL): interrupção do jogo determinada pelo juiz em alguns momentos da partida.

Timoneiro (REMO): atleta que dirige o barco, comanda e incentiva os outros remadores.

Timoneiro (VELA): velejador que fica próximo à popa do barco fazendo contrapeso, comandando o leme e manuseando velas.

Timoneiro na proa (REMO): barco no qual o timoneiro vai na frente (proa).

Timoneiro na ré (REMO): barco no qual o timoneiro se senta na parte de trás (popa).

Tirar o peso (TÊNIS): tática de rebater uma bola com menor aceleração da raquete, para quebrar o ritmo da jogada.

Tiro de canto (POLO AQUÁTICO): escanteio.

Tiro de gol (POLO AQUÁTICO): tiro de meta.

Tocha olímpica (GERAL): acesa na antiga Olímpia, no sudoeste da Grécia, iniciou o revezamento dos Jogos do Rio 2016, percorrendo todo o território brasileiro, com mais de 12 mil condutores, até acender a pira olímpica na cerimônia de abertura no dia 5 de agosto de 2016.

Tiro de meta (FUTEBOL): é a reposição da bola em jogo, feita dentro da área do goleiro após sua saída pela linha de fundo.

Tiro de meta (HANDEBOL): ordenado quando a bola toca em um jogador da equipe que ataca ou no goleiro do time que defende e ultrapassa a linha de fundo. Também é considerado tiro de meta quando um jogador do time atacante toca a bola dentro da área do gol ou invade essa região. A saída de bola do goleiro depois de uma defesa também é um tiro de meta. A forma de cobrança do tiro de meta é dentro da área do goleiro, e só ele pode recolocar a bola em jogo.

Tiro de pênalti (POLO AQUÁTICO): marcado quando um jogador de defesa ou o goleiro comete uma falta que pode impedir um gol adversário. A cobrança é realizada a partir da linha de 5 metros.

Tiro de saída (HANDEBOL): jogada que dá início à partida, no meio da quadra.

Tiro de sete metros (HANDEBOL): tipo de 'pênalti', ocorre após a execução de uma falta grave sobre o adversário, em oportunidade clara de gol. No momento da cobrança, os jogadores de defesa e ataque deverão permanecer atrás da linha de nove

metros. O jogador que for cobrar deverá manter um pé fixo perante a linha de sete metros, não podendo invadi-la ou mover esse pé.

Tiro esportivo (GERAL): esporte de alta precisão, em que o atirador utiliza armas esportivas que devem atingir alvos fixos ou móveis e somar o maior número de pontos. No programa olímpico desde a primeira edição, ficou ausente em 1904 e 1928.

Tiro lateral (HANDEBOL): ordenado quando a bola ultrapassa totalmente a linha lateral. Ao ser cobrado, o jogador deverá manter um pé sobre a linha e o outro, fora da quadra. Caso isso seja desrespeitado, o árbitro pode ordenar nova cobrança de lateral ou aplicar reversão, dando o direito da cobrança para a equipe adversária.

Tiro livre (HANDEBOL): ordenado nos casos de entrada ou saída irregular de um jogador; mau comportamento; faltas cometidas pelos jogadores na área de gol; lançamento intencional da bola para sua área de gol; faltas do goleiro; execução ou conduta irregular nos lances de lateral, escanteio, tiros de meta e de sete metros; e atitude antidesportiva.

Tiro livre (HÓQUEI SOBRE GRAMA): falta.

Tiro livre direto (FUTEBOL): ou 'falta direta'; cobrança de bola parada em que é permitido chutar diretamente para o gol adversário.

Tiro livre indireto (FUTEBOL): ou 'falta indireta'; cobrança de bola parada em que o gol só será válido se a bola for tocada por outro atleta além daquele que cobrou o tiro.

Tiro neutro (POLO AQUÁTICO): o árbitro considera que a bola foi lançada com vantagem para uma das equipes ou quando um ou mais atletas de cada time cometem falta ao mesmo tempo.

Tkachev (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o ginasta larga a barra, passa de costas por cima dela na posição carpada ou com pernas separadas e em seguida pega a barra novamente.

TMO (RUGBY): árbitro de vídeo.

Tocar (ESGRIMA): atingir o adversário com a ponta ou com o corte de sua arma. Os jogos são avaliados em toques dados e toques recebidos.

Toco (BASQUETE): interceptação de um arremesso adversário, evitando que a bola alcance a cesta.

Toes to bar (LEVANTAMENTO DE PESO): pendurado na barra, elevar os pés até tocarem na barra.

Tolete (REMO): sinônimo de forqueta, que é o suporte giratório na forma de 'U' usado para manter o remo no lugar certo.

Tolho-tchagui (TAEKWONDO): chute na altura do rosto.

Tomada de ferro (ESGRIMA): o atleta se apodera da lâmina adversária e a domina; a ação pode ser combinada com um golpe direto (ataque por tomada de ferro) ou seguida de um ataque simples ou composto (preparação de ataque).



Tocha - Carrega o fogo
olímpico da antiga Grécia
até nossos dias...



Touca - Atletas femininas, no caso da foto, a usam, na cor verde, durante a prova de natação no triatlo em 8 de agosto de 2012 em Hyde Park nos terceiros Jogos Olímpicos de Londres

Compreendem a oposição, o cruzamento, o ligamento e o envolvimento.

Top spin (TÊNIS DE MESA): efeito na bola quando a raquete a acerta de baixo para cima.

Top spin (TÊNIS): efeito imprimido à bola, com a batida da raquete, de baixo para cima.

Top ten (TÊNIS): os dez melhores de um ranking.

Toque (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): passe realizado com a ponta dos dedos das duas mãos.

Toque não válido (ESGRIMA): golpe que atinge o adversário fora da superfície válida para certa arma.

Toque válido (ESGRIMA): golpe executado dentro da superfície válida de acordo com as convenções determinadas para cada tipo de arma.

Tora-tolho-tchagui (TAEKWONDO): chute giratório na altura do rosto.

Tori (JUDÔ): judoca que aplica o golpe.

Torso (ATLETISMO): a parte do corpo que vai dos quadris até a parte de cima dos ombros.

Touca (TRIATLO): nas provas é fornecida pela organização. Usada em diversas cores, serve para identificar atletas de diferentes categorias.

Touch rugby (RUGBY): variante

comum do rugby (tanto do union como do league) sem tackles, isto é, sem a possibilidade de levar um jogador ao solo. É normalmente utilizado em treinos para evitar contatos mais agudos.

Touch-down (RUGBY): é um 'try contra', isto é, quando um atleta apoia a bola em sua própria área de in-goal defensiva. A jogada não conta pontos para o adversário, que recebe apenas um scrum a seu favor, caso a bola tenha sido introduzida no in-goal pela equipe defensiva. Caso contrário, ocorre uma saída de 22 m a favor da outra equipe.

Touchline (RUGBY): linhas laterais do campo.

T-piece (BADMINTON): raquete feita por uma peça só, em formato de 'T', unindo a haste a armação.

Trampolim (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): a cama elástica que é o aparelho essencial na modalidade.

Trampolim (SALTOS ORNAMENTAIS): prancha flexível com cerca de 5 metros de comprimento e 50 centímetros de largura, a 3 metros da água.

Trampolinista (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): atleta que disputa as competições de trampolim acrobático.

Tranqueta (REMO): barra de metal apertada por um parafuso que se fecha sobre a forqueta para manter o remo seguro durante a remada.

Transição (TRIATLO): intervalo entre

Toque (NATAÇÃO): momento em que o nadador toca a parede; na virada ou no encerramento da prova.

Try (RUGBY): forma de pontuação máxima do rugby. Para anotar um try, um jogador deve ultrapassar a linha de in-goal do adversário (a linha de fundo) e apoiar a bola contra o solo, sendo necessário o contato simultâneo voluntário entre o atleta, a bola e o chão. Um try vale cinco pontos, e dá direito a um chute a gol (a conversão) para o time que pontuar. Em português, a tradução para 'try' é 'ensaio'.

as trocas de modalidade do triatlo; é o momento em que os atletas pegam os equipamentos da próxima etapa – muitos consideram a transição com a quarta modalidade do triatlo.

Travas (CICLISMO): acessórios de metal ou similares, utilizados para segurança e ajustes do equipamento.

Trave de equilíbrio (GINÁSTICA ARTÍSTICA): aparelho em forma de uma trave com 10 centímetros de largura por 5 metros de comprimento.

Través folgado ou alheta (VELA): velejar num ponto entre o través e a popa rasa.

Través (VELA): velejar com vento perpendicular em relação ao rumo da embarcação.

Três-quartos (RUGBY): jogadores de linha (backs).

Triatleta (TRIATLO): atleta que pratica a modalidade.

Triatlo olímpico (TRIATLO): também chamado de triatlo standard,

se refere às distâncias do triatlo nas Olimpíadas: 1,5 km de natação, 40 km de ciclismo e 10 km de corrida.

Trilho (REMO): os dois corredores de metal por onde o assento desliza.

Trincheira (TIRO ESPORTIVO): estrutura de concreto em frente à linha de fogo de onde são lançados os pratos.

Tripedia (GINÁSTICA ARTÍSTICA): ato de o ginasta apoiar-se sobre três pontos, sejam eles as mãos e a cabeça, os joelhos e uma das mãos, ou quaisquer outros.

Triple back (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): o ginasta realiza um triplo mortal para trás.

Triple-double (BASQUETE): quando um jogador atinge dois dígitos em três estatísticas.

Tríplice (HIPISMO): obstáculo com três varas dispostas em forma de 'escada'.

Triplo (HIPISMO): três obstáculos dispostos um após o outro, podendo

ter de um a dois lances de galope entre cada um deles. É considerado um único obstáculo.

Tripulante (VELA): atleta que faz parte da tripulação de uma embarcação.

Trivela (FUTEBOL): acertar a bola com a parte lateral do pé, provocando um efeito.

Trote (HIPISMO e PENTATLO MODERNO): andadura do cavalo entre o passo e o galope.

Trote (TRIATLO): treino de corrida leve, usado para recuperação.

Try convertido (RUGBY): diz-se que um try foi convertido quando o chutador acertou a conversão, totalizando 7 pontos na jogada (5 do try + 2 da conversão).

Tsukahara (GINÁSTICA ARTÍSTICA): meio parafuso no cavalo, um quarto de parafuso após tocar no cavalo, com imediato salto para trás.

Tubular (CICLISMO e TRIATLO): pneus que se grudam diretamente no aro da roda, com a câmara costurada em seu interior.

Tul (TAEKWONDO): sequência de movimentos prefixados, onde o praticante simula um combate com adversários imaginários.

Turnover (RUGBY): quando uma equipe perde a posse da bola após um ruck ou um maul que era a seu favor.

Twirl (NADO SINCRONIZADO): giro rápido.

Twist (GINÁSTICA ARTÍSTICA): mesmo que pirueta ou parafuso.

Twist (NADO SINCRONIZADO): rotação sustentada próximo à superfície da água.

Upper, boxe - Felix Savon (azul), de Cuba, aplica um upper de direita em Rasmus Ojemaye, da Nigéria, em Sydney 2000

GARY M. PRIOR / GETTY IMAGES

U

Uber cup (BADMINTON): nome dado ao campeonato mundial feminino de equipes.

Überschlag (GINÁSTICA ARTÍSTICA): nomenclatura alemã dos movimentos de rotação transversal ou frontal do corpo, com ou sem apoios executados no solo. No Brasil são chamados übrerschlags todos os exercícios que utilizem rotação em torno de um eixo transversal e no plano sagital, com uma fase de apoio de mãos sobre o solo (ou cavalo para saltos).

Uke (JUDÔ): judoca que recebe o golpe ou a queda.

Ukemi (JUDÔ): queda.

Ukemi-no-waza (JUDÔ): técnicas de amortecimento de queda.

Ukiotoshi (JUDÔ): golpe em que

o judoca prende o rival com as duas mãos e tenta levantá-lo.

Um-dois (ESGRIMA): ação composta com uma finta de desengajamento, seguida por uma ação de enganar o adversário com uma parada direta.

Um-dois-três (ESGRIMA): ação composta de uma finta de

desengajamento, seguida por uma ação de enganar o adversário com duas paradas diretas.

Underspin (TÊNIS): efeito dado por baixo da bola, o que a faz quicar mais baixo ao tocar o chão.

Up and under (RUGBY): um chute muito alto e para a frente, que visa à posse da bola na continuação da jogada. A altura do chute poderá determinar a possibilidade de um atleta do time do chutador de alcançar a bola em sua descendente.

Uppercut (BOXE): golpe desferido de baixo para cima, que normalmente atinge o queixo do adversário.



Vácuo (TRIATLO): para poupar energia durante o ciclismo, um atleta fica atrás de outro atleta, diminuindo o arrasto do vento. É permitido nas provas olímpicas. Em provas longas é terminantemente proibido.

Valores de conexão (GINÁSTICA ARTÍSTICA): ocorre quando certos exercícios são executados sucessivamente. No feminino podem ganhar 0,1 ou 0,2 ponto na trave, barras paralelas e no solo. No masculino podem ganhar 0,1 ou 0,2 ponto no solo, argolas e barra fixa.

Valuma (VELA): borda de fora da vela.

Vantagem (TÊNIS): ponto que desempata o placar de igualdade (40 a 40 ou deuce).

Vantagem (TÊNIS DE MESA): ponto conquistado após o jogo estar empatado na decisão do set, quem conquista a vantagem tem mais chances de vencer.

Vela (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o ginasta assume a posição deitada em decúbito dorsal, eleva as pernas e o quadril, mantendo o corpo numa posição de equilíbrio invertido e ereto, apoiado apenas na nuca e nos braços, com as mãos no solo ou ajudando a manter o quadril elevado.

Velocidade (CANOAGEM): prova de competição em caiaque ou canoa em uma raia claramente definida e desobstruída que consiste em cruzar a linha de chegada antes dos adversários.

Velódromo (CICLISMO): estádio fechado para a prática do esporte em forma arredondada com forte inclinação na pista com 250 metros de

comprimento, que pode ser de madeira, saibro e uma espécie de cimento.

Vento aparente (VELA): a velocidade e direção do vento anotadas por um observador dentro de uma embarcação.

Vento principal (ATLETISMO): direção do vento que sopra onde se encontram os atletas.

Vento verdadeiro (VELA): a velocidade e a direção do vento anotadas por um observador estático.

Vertical (HIPISMO e PENTATLO MODERNO): obstáculo montado verticalmente. O número de varas pode variar, contanto que uma esteja acima da outra e a última, na horizontal.

Vertical (NADO SINCRONIZADO): posição em que a nadadora alinha os tornozelos, quadris, ombros e orelhas.

Vertical (NADO SINCRONIZADO): tornozelos, quadris, ombros e cabeça estão alinhados perpendicularmente à superfície da água.

Véus (GINÁSTICA RÍTMICA): a ginasta segura nas duas extremidades da corda aberta e executa movimentos amplos de circunduções dos braços com deslocamentos e rotações de tronco em torno do corpo.

Viagem (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): saque no qual o jogador lança a bola para a frente e, com um salto, bate nela em direção à quadra adversária. O 'Viagem' surgiu e popularizou-se internacionalmente, no vôlei de quadra, executado pela primeira vez

por William, medalha de prata com a seleção brasileira em Los Angeles 1984.

Vila olímpica (GERAL): nome do alojamento construído – ou adaptado – para hospedar as delegações. A primeira vila data de 1924, quando dos segundos Jogos de Paris. No Rio 2016, tem capacidade para 17.950 atletas e equipes técnicas, são sete condomínios com 31 prédios e 3.604 apartamentos.

Violação dos 3 segundos (BASQUETE): quando um atacante permanece mais de três segundos dentro do garrafão.

Violação dos 8 segundos (BASQUETE): não ultrapassar a metade da quadra em oito segundos, perdendo a posse de bola.

Violação dos 24 segundos (BASQUETE): a equipe estoura o limite de 24 segundos de posse de bola para executar o arremesso.

Virar em roda – jibe (VELA): mudança de direção do barco com o vento atingindo primeiro a popa.

Virar por davante – fazer bordo/cambar (VELA): mudança de direção do barco com o vento atingindo primeiro a proa.

Viseira (VÔLEI DE PRAIA): espécie de boné usado pelo jogador para se proteger do sol.

Voar (CICLISMO e TRIATLO): ataque-surpresa de um ciclista.

Voga (REMO): número de remadas por minuto; um ciclo da remada. / O remador que senta perto do final do barco, na frente dos outros, responsável pela classificação e ritmo do barco.

Volante (FUTEBOL): meia que normalmente joga à frente dos zagueiros, e atua na marcação.

Vôlei de praia (GERAL): mais moderno, se joga na areia. Duas duplas se enfrentam, separadas por uma rede, com o objetivo de acertar a bola na quadra do adversário e somar pontos.

Voleio (TÊNIS): golpe dado sem que a bola quique no chão, geralmente junto à rede ou em progressão a ela.

Voleio curto (TÊNIS): um voleio executado suavemente que cai bem junto à rede no campo adversário.

Voleio defensivo (TÊNIS): golpe realizado abaixo da altura da rede; também chamado de voleio baixo.

Voleio – lob (TÊNIS): um movimento que é direcionado para encobrir o adversário que está na rede.

Voleio ofensivo (TÊNIS): realizado acima da altura da rede.

Volta (TRIATLO): distância total da linha de partida até a linha de chegada de um circuito.

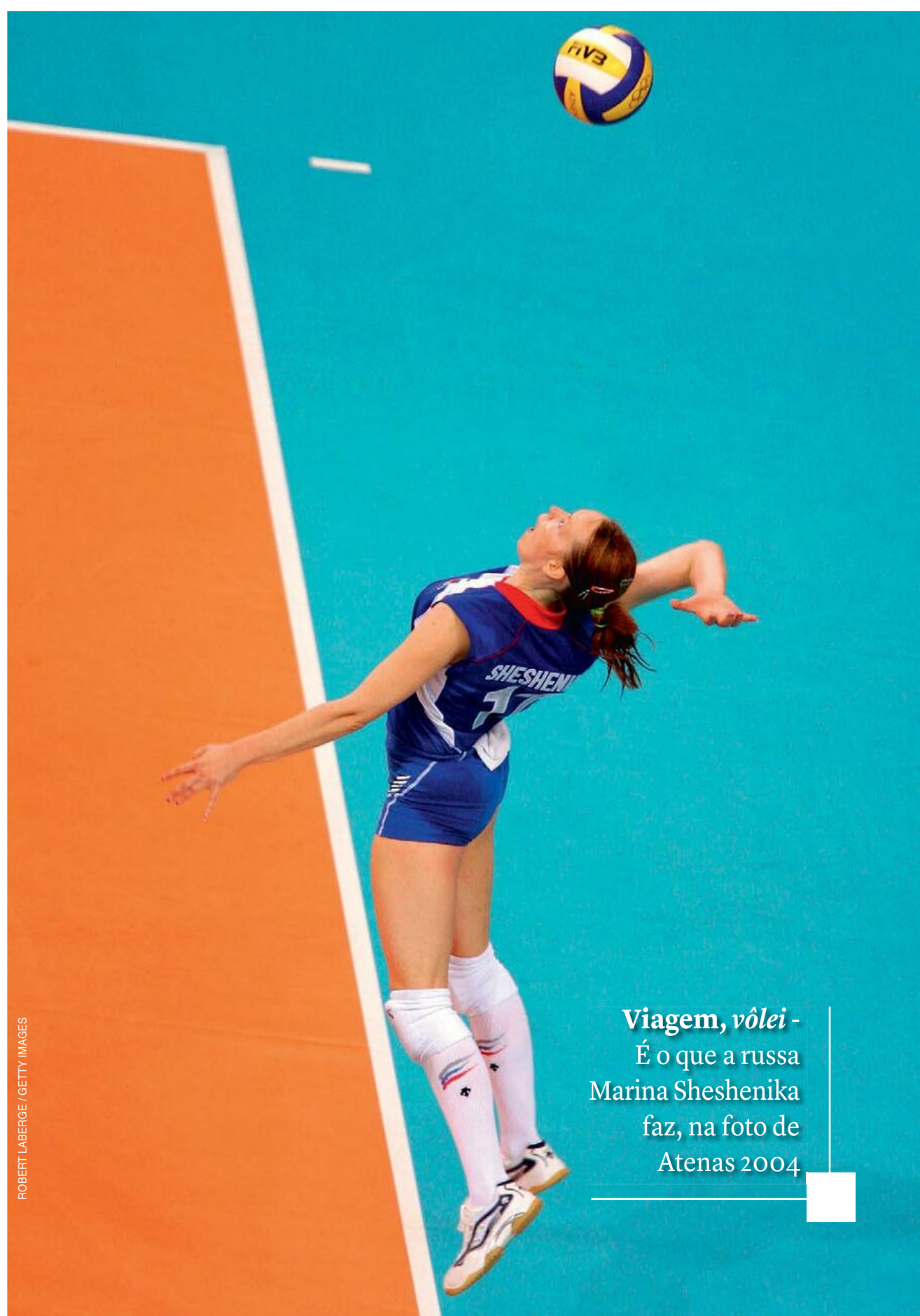
Voltar o ponto (VÔLEI e VÔLEI DE PRAIA): indeciso quanto a uma marcação, o árbitro obriga a realização de um novo saque e a disputa de um novo rali.

Volteios (GINÁSTICA ARTÍSTICA): giros de pernas unidas em apoio de braços, podendo ser realizados no solo ou no cavalo com alças.

Voluntários (GERAL): pessoas de todas as idades, sexos e classes sociais que assumem o compromisso de colaborar com suas melhores habilidades na organização dos Jogos, realizando tarefas sem pagamento ou recompensa.

Voluntary (GINÁSTICA DE TRAMPOLIM): série de movimentos e acrobacias livres, a critério do atleta.

Vôlei (GERAL): uma partida de voleibol é jogada por duas equipes com seis jogadores cada, separadas por uma rede, com o objetivo de somar pontos acertando a bola no chão da quadra do adversário. É olímpico desde Tóquio 1964.



ROBERT LABERGE / GETTY IMAGES

Viagem, vôlei -
É o que a russa
Marina Sheshenika
faz, na foto de
Atenas 2004



Waza-ari (JUDÔ): equivalente a meio ippon. É obtido quando o judoca consegue derrubar o adversário e atinge três dos quatro critérios necessários para o ippon, ou por uma imobilização de entre 15 e 20 segundos.

Western (TÊNIS): maneira de empunhar a raquete, surgida no oeste (west) dos EUA, onde a maioria

das quadras eram de piso asfáltico. Dessa maneira, as bolas quicavam mais alto que nas quadras de saibro e grama, e os tenistas foram achando mais confortável empunhar a raquete no momento do golpe.

Western roll (ATLETISMO): salto em altura. O atleta levanta uma perna próxima ao sarrafo e rola sobre ele, tentando superá-lo horizontalmente, com o rosto para baixo.

Wetsuit (TRIATLO): também conhecido como roupa de borracha ou neoprene, é usado por atletas nas provas de nataação quando a água está abaixo de determinada



Western roll, atletismo - movimento explorado há décadas no salto em altura; hoje bastante utilizado nos jogos paralímpicos.

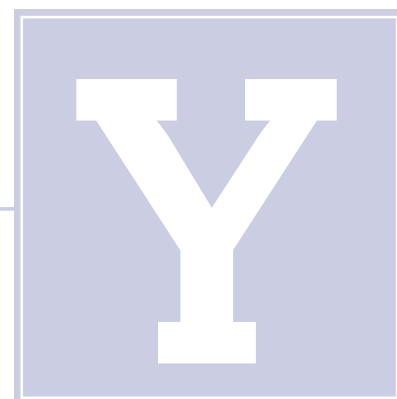
WO (GERAL): abreviação da expressão inglesa ‘walkover’, traduzida como ‘vitória fácil’. É utilizada quando um dos adversários não comparece à competição ou não possui número suficiente de participantes para satisfazer o regulamento. Diz-se então que o atleta ou a equipe presente venceu por WO.

temperatura (em geral, 23 graus).
Aumenta a flutuação do nadador.

Wild card (TÊNIS): convite feito a qualquer jogador para que ele participe de um torneio.

Winner (TÊNIS): ponto vencedor. Bola lançada em local indefensável para o adversário. O winner pode acontecer decorrente de um saque, voleio, deixadinha, passada ou golpe de fundo de quadra.

WTA (TÊNIS): Associação das Tenistas Profissionais, entidade responsável pelo circuito feminino.



Yamashita (GINÁSTICA ARTÍSTICA): o ginasta realiza um salto reverso sobre o cavalo com o segundo voo carpado.

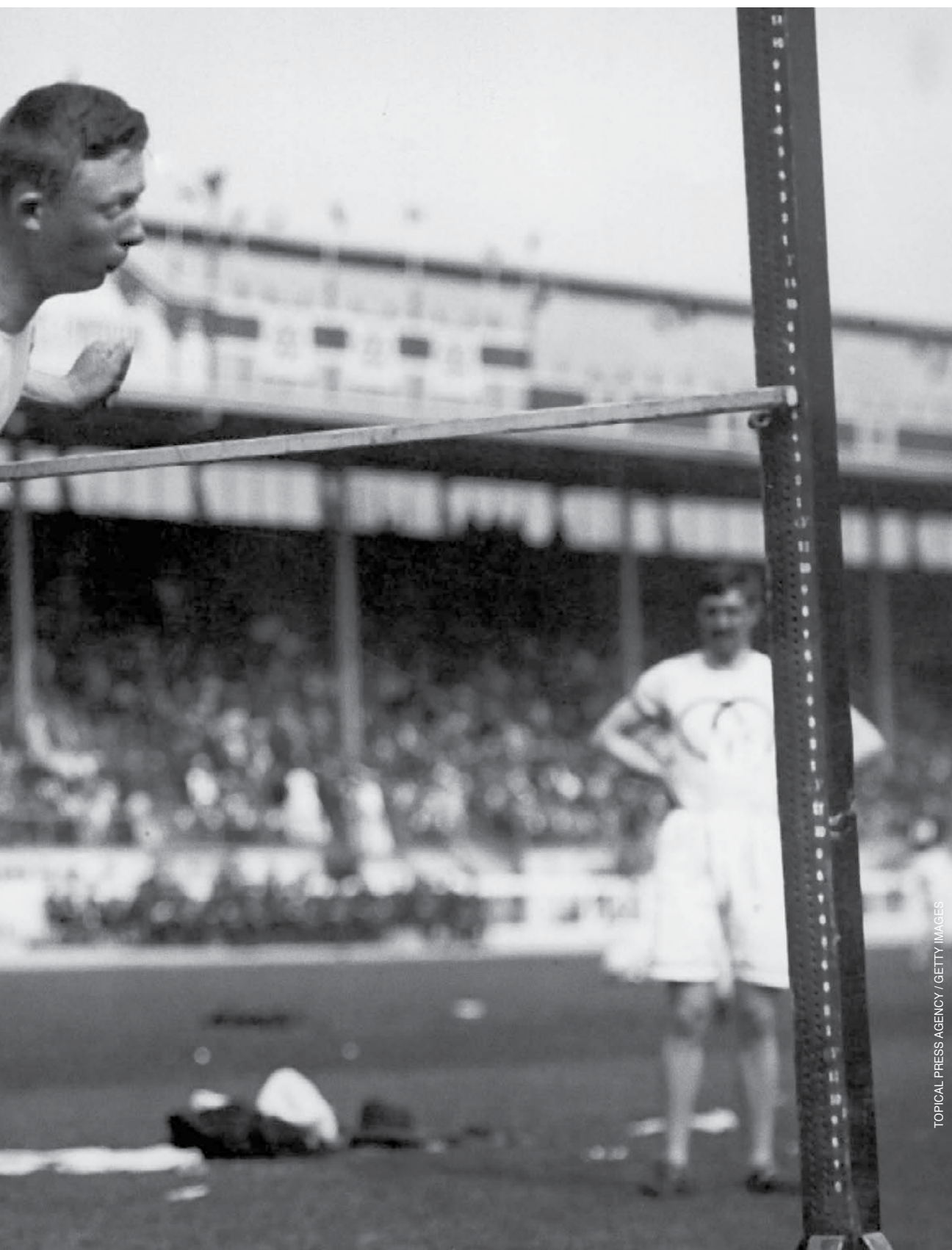
Yeol (TAEKWONDO): o número dez, em coreano. Indica o final da luta, ou seja, o nocaute.

Yoshi (JUDÔ): comando dado pelo árbitro para que os atletas continuem a luta após uma paralisação.

Yuko (JUDÔ): quantidade mínima de pontos. O judoca derruba o adversário e atinge dois dos quatro critérios necessários para o ippon, ou por imobilização de dez a 15 segundos.

Yurchenko (GINÁSTICA ARTÍSTICA): entrada comum para o salto. Rondada no minitrampolim e flic-flac para trás no cavalo.

Yusei gachi (JUDÔ): vitória por superioridade.



Zona de combate - As linhas grossas amarelas são os limites que os lutadores não devem ultrapassar



JAMIE SQUIRE / GETTY IMAGES



Zagueiro (FUTEBOL): jogador de defesa que atua recuado no campo e marca as jogadas de ataque do adversário.

Zebra (GERAL): denominação popular (proveniente do jogo do bicho) para definir um resultado inesperado de um atleta ou uma equipe. É quando o Davi vence o Golias.

Zerar (HIPISMO): não cometer faltas em um percurso.

Zigzira (TÊNIS): nome popularmente dado a um efeito pouco comum e de extrema habilidade, em que a bola é golpeada com underspin tão forte que, ao quicar no chão, volta para o lado do jogador que a golpeou.

Zona de aceleração (ATLETISMO):

nas provas de revezamento, com 10 m de comprimento, é a área localizada antes da zona de passagem, onde o atleta deve acelerar para passar o bastão ao companheiro de equipe.

Zona de ataque (VÔLEI): espaço entre a rede e a linha de 3 metros.

Zona de combate (LUTA): área circular com 9 metros de largura onde os atletas realizam os combates.

Zona de draft (TRIATLO): quando é proibido pegar o vácuo, os atletas terão que manter uma distância de 12 m do outro competidor, a

partir do bordo da roda dianteira. Um competidor pode entrar na zona de draft, mas deve ser visto progredindo através dessa zona. Por no máximo 25 segundos será permitido passar através da zona de outro concorrente.

Zona de passagem (ATLETISMO): zona com 20 m de extensão na qual o bastão deve ser passado do corredor anterior para o corredor seguinte durante uma corrida de revezamento.

Zona de segurança (JUDÔ): área exterior ao quadrado central.

Zona morta (BASQUETE): área próxima à linha de fundo. O nome refere-se à dificuldade em acertar um arremesso dessa região, já que não há possibilidade de auxílio da tabela.

PÓDIO

PLACAR

1499 Verbetes de A a Z

DICIONÁRIO LÍMPICO

EDGARDO MARTOLIO & EDUARDO COLLI